

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ХАРКІВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ»

**КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ, МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
ТА КОНТРОЛЬНІ ЗАВДАННЯ З КУРСУ
«Пізнавальні та емоційно-вольові процеси»**

*для студентів освітньо-професійної програми
зі спеціальності 053 «Психологія»*

Харків
2019

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ХАРКІВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ»

**КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ, МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
ТА КОНТРОЛЬНІ ЗАВДАННЯ З КУРСУ
«Пізнавальні та емоційно-вольові процеси»**

*для студентів освітньо-професійної програми
зі спеціальності 053 «Психологія»*

Затверджено
редакційно-видавничою
радою університету,
протокол № 3 від 10.10. 2018 р.

Харків
НТУ «ХПІ»
2019

УДК [159.9: 32:159.922]

Рецензент:

Н.В. Підбуцька – доктор психологічних наук, професор кафедри педагогіки та психології управління соціальними системами ім. акад. І.А. Зязюна.

Методичні рекомендації до дисципліни «Пізнавальні та емоційно-вольові процеси» для студентів освітньо-професійної програми «Психологія» спеціальності 053 «Психологія» / Уклад. О. Г Романовський, І. Є. Штученко, – Харків: НТУ «ХП», 2019. – с. 40

© Штученко 2019
© НТУ «ХП», 2019

ВСТУП

Сучасна психологія як наука вивчає безліч складних і різноманітних явищ: закономірності психічної діяльності людини, що включає в себе знання пізнавальних і емоційно-вольових процесів.

Пізнавальні процеси забезпечують відображення об'єктивного змісту стимулів з внутрішнього і зовнішнього середовища. Вони не просто відображають навколишній світ, а й моделюють його, створюючи ситуації, які реально не існують. Це планування, мета, побудова програми діяльності. Пізнавальні процеси входять як складові одиниці в будь-яку людську діяльність, забезпечуючи її ефективність. Вони здійснюються у вигляді окремих пізнавальних дій, кожне з яких представляє собою цілісний технічний акт, що складається нероздільно з усіх видів психічних процесів. Дуже важливо вміти управляти своїми емоціями, розуміти їх природу, а також функції вольової регуляції.

Включення навчальної дисципліни «Психологія» в програму вищої освіти дозволяє забезпечити базову психологічну підготовку фахівців. Знання з психології сприяють розвитку культури розумової праці і самоосвіти, допомагають формувати цілісне уявлення про особистісні особливості як чинник успішності оволодіння навчальної та професійної діяльності.

Актуальність вивчення основ психології полягає також в тому, що будь-якого сучасного фахівця необхідно орієнтуватися в основних психолого-педагогічних проблемах і кваліфіковано вирішувати конкретні життєві ситуації, приймаючи рішення з опорою на знання психологічної природи людини. Основною метою вивчення дисципліни «Психологія» є формування цілісного уявлення студентів психологічних особливостях людини як факторах успішності його діяльності; ознайомлення студентів з понятійним апаратом, що описує психологію пізнавальних і емоційно-вольових процесів.

ТЕМА 1. ВСТУП В ПСИХОЛОГІЮ

- 1.1. Предмет, завдання психології. Функції психіки
- 1.2. Фізіологічні основи психіки. Безумовний рефлекс. Умовний рефлекс
- 1.3. Галузі психології
- 1.4. Життєва, наукова психологія
- 1.5. Методи психології
- 1.6. Розвиток психологічних ідей
 - 1.6.1. Психологічні теорії античності
 - 1.6.2. Розвиток психології в період середньовіччя
 - 1.6.3. Розвиток психології в епоху Відродження і Нового часу
 - 1.6.4. Розвиток експериментальної психології
 - 1.6.5. Методологічна криза в психології

1.1. Предмет, завдання психології. Функції психіки

Психологія - наука про закономірності виникнення, розвитку і прояву психіки і свідомості людини.

Предметом психології є вивчення психіки і психічних явищ як однієї конкретної людини, так і психічні явища, які спостерігаються в групах і колективах.

Психіка - властивість головного мозку, що забезпечує людині і тваринам здатність відображати вплив предметів і явищ реального світу. Психіка різноманітна в своїх формах і проявах.

Психіка людини - його почуття, думки, переживання, наміри, тобто все те, що складає його суб'єктивний внутрішній світ, який проявляється в діях і вчинках, у взаєминах з іншими людьми.

Свідомість людини - вищий етап розвитку психіки і продукт суспільно-історичного розвитку, результат праці.

Несвідоме - форма відображення дійсності, в ході якого людиною не усвідомлюються його джерела, а відображена реальність зливається з його переживаннями.

Завданням психології є дослідження психічних явищ.

Структура психічних явищ:

Світ психічних явищ - сукупність всіх явищ і процесів, які відображають основний зміст психіки людини і які вивчає психологія як специфічна галузь знань.

Психічні процеси - це психічні явища, що забезпечують первинне відображення і свідомість людиною впливів навколишньої дійсності. Дозволяють людині вивчати себе і навколишній світ. Вони беруть участь у формуванні та перетворенні вже наявних у людини знань. Як правило, вони мають чіткий початок, певний перебіг і яскраво виражений кінець.

Психічні процеси діляться на:

Пізнавальні (відчуття, сприйняття, увага, уявлення, пам'ять, уява, мислення, мова), емоційні-вольові, неусвідомлювані.

Психічні властивості - включають в себе такі особливості людини, які є стійкими і відрізняють дану людину від інших людей, характеризуючи його індивідуальну своєрідність, забезпечують певний рівень поведінки і діяльності, типовий для даної людини. До психічних властивостей належать спрямованість, темперамент, характер і здібності.

Психічні стани - визначають настрій людини в даний момент часу і безпосередньо впливають на його поведінку. До них відносяться активність, пасивність, бадьорість, втома, апатія і інші.

Психічні утворення - це психічні явища, що формуються в процесі придбання людиною життєвого і професійного досвіду, в зміст яких входить особливе поєднання знань, навичок і умінь.

Основні функції психіки:

1. Відображення впливів навколишньої дійсності.
2. Регуляція поведінки і діяльності. Психіка, свідомість людини, з одного боку, відображають дії зовнішнього середовища, адаптуються до неї, з іншого - регулюють цей процес, складаючи внутрішній зміст діяльності і поведінки.
3. Усвідомлення людиною свого місця в навколишньому світі. Ця функція психіки, з одного боку, забезпечує правильну адаптацію і орієнтацію людини в об'єктивному світі, гарантуючи їй ефективне осмислення всіх реальностей цього світу. З іншого боку, за допомогою психіки, свідомості людини усвідомлює себе як особистість, наділену певними індивідуальними і соціально-психологічними особливостями.

1.2. Фізіологічні основи психіки. Безумовний рефлекс. Умовний рефлекс

Основним механізмом нервової діяльності як у нижчих, так і у самих складних організмів є рефлекс.

Рефлексом називається відповідна реакція організму на подразнення зовнішнього або внутрішнього середовища.

Рефлекси відрізняються наступними особливостями: завжди починаються з нервового збудження, викликаного будь-яким подразником в тому або іншому рецепторі, і закінчуються певною реакцією організму (наприклад, рухом або секрецією).

Безумовний рефлекс - вроджена, спадково закріплена форма реагування на біологічно значущий вплив зовнішнього світу або на зміни внутрішнього середовища організму.

Види безумовних рефлексів: вегетативні (слиновиділення, потовиділення, больовий рефлекс, зіничний рефлекс, рефлекси серця і органів дихання, рефлекс почервоніння шкіри; поведінкові: оборонна поведінка, продовження роду, орієнтовно-дослідницьке).

Умовний рефлекс - вроджена чи набута (вивчена) реакція, автоматично (мимоволі) наступна у відповідь на біологічно нейтральний подразник, який перетворився в сигнал. Всякий нейтральний зовнішній подразник, якщо він кілька разів збігається в часі з дією на організм безумовного подразника, починає викликати властиву цьому безумовному подразнику відповідну реакцію (вид їжі, при першому її пред'явленні не викликав слиновиділення, починає його викликати після того, як поява їжі кілька разів збігається з попаданням її в рот, тобто з безумовним роздратуванням).

1.3. Галузі психології

Фундаментальні галузі - пояснюють психологію людей незалежно від того, якою конкретною діяльністю вони займаються.

До них відноситься: загальна психологія, соціальна психологія, психологія розвитку. А також ряд областей, які займають прикордонне положення: психофізика, психофізіологія.

Загальна психологія вивчає загальні закономірності функціонування психіки.

Соціальна психологія - досліджує психологічні явища і процеси, обумовлені приналежністю людини до конкретних спільнот.

Психологія розвитку - галузь психології, в якій вивчається психологічний розвиток людини при переході з віку в вік.

Психофізика - область досліджень, пов'язана з вивченням відчуттів, їх вимірюванням і зміною в залежності від впливають на людину стимулів.

Психофізіологія - наука, що вивчає зв'язок психічних явищ з фізіологічними процесами, що відбуваються в мозку.

Прикладні галузі - галузі, в яких вивчаються психіка і поведінка людини в різних видах діяльності.

Педагогічна психологія - займається дослідженням психологічних особливостей та закономірностей процесів навчання і виховання підростаючого покоління.

Інженерна психологія - ставить собі за мету вирішення проблем співвідношення технічних вимог сучасних машин і психічних можливостей людини-швидкості і точності процесів сприйняття, обсягу та розподілу уваги.

Космічна психологія - включає в коло своїх проблем вивчення особливостей психічних процесів, що відбуваються в організмі людини в умовах космічних польотів, в тому числі впливу на його психіку великих перевантажень, незвичайних умов середовища, стану невагомості, а також особливості працездатності під час польоту, при необхідності діяти в умовах крайньої нестачі часу.

Психологія спорту - займається дослідженням психологічних особливостей спортивної діяльності.

Психологія мистецтва - вивчає психологічну специфіку творчої діяльності в різних видах мистецтв (в літературі, музиці, живопису тощо), дає аналіз їх впливу на розвиток особистості людини.

Юридична психологія - досліджує психологію правопорушників і злочинців.

Медична психологія - займається дослідженням порушень і розладів психічної діяльності при різних захворюваннях, сприяючи розробці раціональних методів лікування.

Патопсихологія - приділяє основну увагу особливостям порушень психіки у зв'язку з тими чи іншими вадами в будові і функціях організму, зокрема у дітей.

1.4. Життєва, наукова психологія

Життєва психологія - психологічні знання, почерпнуті людьми з повсякденного життя. Вони володіють наступними основними відмітними характеристиками:

- 1. конкретністю, тобто прихильністю до конкретних ситуацій, конкретних людей, конкретних завдань людської діяльності;
- 2. інтуїтивністю, що свідчить про недостатню усвідомленість їх походження і закономірностей функціонування;
- 3. базуються на спостереженнях і роздумах, а це означає, що звичайні психологічні знання не піддані науковому осмисленню;
- 4. обмеженістю, тобто труднощами передачі знань;

- 5. спираються на поодинокі факти.

Наукова психологія - стійкі психологічні знання, отримані в процесі теоретичного і експериментального вивчення психіки людей та тварин.

Їм притаманні свої особливості:

- 1. узагальненість, тобто осмисленість конкретного психологічного явища на основі специфіки його прояви у багатьох людей, у багатьох умовах, стосовно до багатьох завдань людської діяльності;
- 2. раціоналізм, який свідчить про те, що наукові психологічні знання максимально досліджені і усвідомлені;
- 3. базуються на експерименті, тобто наукові психологічні знання досліджені в різних умовах;
- 4. необмеженість, тобто вони можуть використовуватися безліччю людей;
- 5. знання вивчені на основі численних фактів.

1.5. Методи дослідження в психології

Методи накопичення фактів і перевірки гіпотези в дослідженні:

Спостереження - найбільш поширений метод, за допомогою якого вивчають психологічні явища в різних умовах без втручання в їх перебіг. Спостереження буває:

Спостереження з боку - спостереження за поведінкою тої людини, психіку якої вивчаємо:

- наукове - є організованим, передбачає чіткий план, фіксацію результатів в спеціальному щоденнику;
- вільне - таке, при якому всі пов'язані з спостереження питання вирішуються в ході самого спостереження;

- включене спостереження - передбачає участь дослідника в діяльності, яку він вивчає;

- невключене спостереження - цього не потрібно.

Самоспостереження - спостереження людини за самим собою. Він може спостерігати за тим, що відбувається в його душі, а потім описувати свої думки

Експеримент - метод, який передбачає створення або використання незвичайної, експериментальної ситуації для вивчення тої чи іншої психологічної властивості людини.

Лабораторний - який організовується та проводиться в спеціально обладнаному приміщенні, в науковій лабораторії, часто оснащеної спеціальними дослідними приладами.

Природний - коли дослідження здійснюється в природних умовах і з досліджуваними людьми не встановлюються безпосередні контакти.

Опитування - метод, який передбачає відповіді випробовуваних на конкретні питання дослідника.

Він буває

- усний і письмовий;
- відкритий і закритий.

При усному опитуванні запитання ставляться безпосередньо самому випробовуваному, і відповіді на них отримують в усній формі.

При письмовому опитуванні використовуються письмово сформульовані питання.

Відкритим називають опитування, при якому опитуваний може давати будь-які відповіді на поставлені йому запитання

Закритий - опитування, яке передбачає лише певні відповіді на поставлені питання, наприклад, «так», «ні».

Тестування - метод, під час застосування якого випробовувані виконують певні дії за завданням дослідника. Найбільш поширені групи психологічних тестів, являють собою тести пам'яті, уваги, мислення, здібностей, темпераменту, інтелекту, тривожності, міжособистісних відносин, внутрішньо-сімейних та інші.

Методи обробки даних:

- * Теоретичний аналіз;
- * Математичні методи обробки.

Методи практичної психології:

психологічна консультація, психокорекція, психотренінг, психотерапія.

1.6. Розвиток психологічних ідей

1 Період: Донауковий, первісний час (до 7 - 6 ст. до н.е.)

Основні ідеї:

Душа без розкриття її конкретного змісту і функцій

Уявлення про душу базуються на міфах, легендах, казках

2 Період: Науковий, філософський (7 - 6 ст. до н.е. - кінець 18-початок 20 століття).

Важлива відмінність наукової, філософської психології від донаукової було: прагнення довести правильність висловлених поглядів.

Науковий період: античність, середньовіччя, відродження, новий час, розвиток експериментальної психології.

1.6.1. Психологічні теорії античності (6 - 7 ст. до н.е. - 3 ст. н.е.)

Основні ідеї:

1. вивчення того, як душа надає активність тілу;
2. як вона регулює поведінку;
3. яким чином пізнає світ;
4. співвідношення душі і тіла;
5. будова душі.

Представники: Сократ, Платон, Арістотель, Геракліт, Демокріт, Гіппократ, Епікур.

Приблизно з III ст. до н.е. психологів почали більше цікавити не стільки загальні закономірності і функції душі, скільки зміст.

У цей час вчені прийшли до думки про те, що душа людини служить джерелом не тільки активності, але і розуму і моральності.

Вперше в концепціях психіки з'явилася ідея про те, що найважливішим фактором, що впливає на психіку людини, є культура. Якщо активність пов'язувалася психологами з певними матеріальними чинниками, то розум, моральність розумілася як продукти культурного розвитку, як результат духовної роботи не однієї людини, а народу в цілому. Психологічні концепції в цей період перейшли від матеріалістичної орієнтації до ідеалістичної: матеріалізм виділяє перш за все активність, а ідеалізм - ще розум і моральність, природу яких пояснити матеріальними законами було неможливо.

Серед найважливіших функцій душі психологи античності називали пізнання світу. Демокріт в своїй теорії пізнання доводив, що істинне знання базується на відчуттях, а розум привносить тільки помилки. За Епікура, в основі знання лежить наш особистий досвід, даний нам в наших відчуттях. Про призначення душі і її різноманітні властивості одним з перших заговорив Піфагор.

У числі перших вивчення процесу пізнання почав грецький вчений Геракліт. Він вперше висловив припущення про те, що існують два етапи переробки знань - відчуття і розум.

За Демокріту, людина, як і вся навколишня природа, складається з атомів, що утворюють його тіло і душу. При цьому душа, яка, є причиною активності тіла, будується з дрібних круглих атомів. Така структура душі може забезпечити виконання її найважливішої функції - джерела енергії тіла.

Душа є не тільки у людини, але і у всіх живих істот. Причому різниця між людиною, твариною і більш низькими формами життя не якісна (адже структура душі у всіх однакова - це дрібні круглі атоми), а кількісна - у людини атомів душі більше, ніж у тварин.

Принципово новий підхід до психіки людини почав складатися з III ст. до н.е., з появи теорій Сократа і Платона.

Саме Сократ вперше підійшов до душі насамперед як до джерела розуму і моральності людини, а не як до джерела активності тіла, що було прийнято до нього в теоріях Геракліта і Демокрита. Такий підхід до душі не міг виходити з думки про її матеріальності, а тому одночасно з виникненням погляду на зв'язок душі з моральністю виник новий, ідеалістичний погляд на неї, який пізніше був розроблений учнем Сократа Платоном.

Сократ прийшов до найважливішого положенню своєї теорії, до переносу дослідницького інтересу з навколишньої дійсності на людину. Сократ одним із перших в психології звернувся до мови, стверджуючи, що істина зафіксована в загальних поняттях, в словах і в такому вигляді передається від покоління до покоління. Він перший пов'язав розумовий процес зі словом. Пізніше це положення розвинув його учень Платон, ототожнили мислення і внутрішню мову.

Платон вважав, що поведінка повинна спонукати і спрямовуватися розумом, а не почуттями. Душа на думку Платона, складається з трьох частин - яка жадає, пристрасної і розумної.

Платон вперше сформулював положення про внутрішній конфлікт душі. Першим заговорив про пам'ять як про самостійний психічний процес. Приділяв велику увагу вивченню індивідуальних схильностей і здібностей людей в ранньому віці.

Ідеї Платона про психіку, її функції та етапи розвитку були переосмислені в концепції Аристотеля, одного з найвидатніших вчених Греції. Його робота «Про душу» вважається першою психологічною монографією.

У вченні Аристотеля про душу закладена не ідея конфлікту, а ідея розвитку, еволюційного переходу від одного рівня до іншого. Він писав про те, що існує три види душі - рослинна, тваринна і розумна. Кожна з них має певні функції. Рослинна душа здатна до розмноження і харчування. Тваринна душа володіє крім них ще чотирма функціями - прагненням, рухом, відчуттям і пам'яттю. А розумна душа, яка є тільки у людини, має ще й здатність до мислення. Таким чином, в психології з'явилася ідея генезису, розвитку. Дослідження Аристотеля привели його до створення першої в психології розгорнутої теорії пізнання.

Етапи пізнання. Першим етапом пізнання, за Арістотелем, стає відчуття, яке він розумів, як активний процес взаємодії органів почуттів з зовнішнім світом. Арістотель одним з перших вчених доводив, що не тільки мислення, а й відчуття активні.

На наступному етапі - пам'яті - психіка зберігає ті первинні знання, які вона отримала при сприйнятті зовнішнього світу. Аристотель виділяє кілька видів пам'яті.

Переробка знань здійснюється в чувствилища за допомогою асоціацій (загальне чувствилища - механізм переробки знань).

Якщо асоціації представляють собою механізми переробки інформації на нижчих рівнях пізнання, то логіка - на вищих. Логічні операції - це операції мислення, вони і допомагають утворенню понять, закінчуючи процес сходження від часткового до загального.

Виділяючи два види мислення, Аристотель фактично розкрив два способи отримання знання.

Інтуїтивне мислення Аристотель, як і Платон, зводить в основному до актуалізації тих знань, які вже є у людства.

Творче мислення, отримання принципово нового знання, базується на власному досвіді, переробленому людиною.

Досліджуючи проблему регуляції поведінки, Аристотель прийшов до висновку про те, що можлива подвійна регуляція - як емоціями, так і розумом.

Він, так само як Платон, був переконаний, що справжню свободу і відповідальність може дати тільки розумна регуляція, але його досвід показував, що боротися з емоціями марно.

Аристотель вперше виділив кілька видів емоцій, розділивши почуття й афекти за ступенем їх впливу на поведінку.

Почуття, з його точки зору, можуть бути усвідомлені розумом і тому не обов'язково позначаються на поведінці, надаючи нашим розумним вчинків лише деякий емоційний фон.

Позитивні почуття допомагають здійснювати певні дії, в той час як негативні, навпаки, заважають.

На відміну від почуттів афекти як найбільш сильні і яскраво виражені види емоцій мало піддаються раціональному осмисленню, і тому з ними дуже складно боротися. Афект, на думку Аристотеля, завжди призводить до спонтанної поведінки або до зміни раніше запланованої дії.

Досліджуючи проблему боротьби з афектами (що необхідно для здобуття свободи і розумності поведінки), Аристотель дійшов дуже важливого для психології висновку про роль катарсису (очищення). Афект не можна перемогти в тому випадку, якщо він вже настав, але можна попередити його, очиститися від афекту, тобто від емоційного напруження.

1.6.2. Розвиток психології в період середньовіччя (3 - 14 ст. н. е.)

Характеристика періоду:

- 1) Затвердження Християнства, як чільної релігії в Європі.
- 2) Заборона на природничо-наукові дослідження.
- 3) Наука знаходилася під впливом Християнської етики.

Основні ідеї:

- 1) Уявлення про душу як про божественне початок.
 - 2) Гріховність тіла.
 - 3) Офіційною наукою про душу стало богослов'я.
- Представники: Аврелій Августин, Фома Аквінський, Бекон, Ібн-Сіна.

Однією з найважливіших характеристик середньовічної науки, зокрема психології, був її тісний зв'язок з релігією.

У церковній психології проводилися важливі дослідження, спрямовані на вивчення:

- способів маніпуляції великий масою людей;
- прийомів зниження психічної напруги;
- способи емоційної розрядки, очищення від страху, почуття провини.

Це були насамперед обряди сповіді і покаяння. Вони давали людям впевненість у можливості очищення, зняття провини. Таким чином, невдоволення собою не накопичувалася, знімалася напруженість від усвідомлення своїх гріхів.

До кола психологічних проблем, досліджуваних в середньовічній науці, відноситься перш за все:

- вивчення процесу мислення і його взаємозв'язок з промовою;
- вивчення взаємозв'язку психічних і соматичних хворіб.

Ці роботи заклали основу сучасної психофізіології.

Авіценна першим описав чуму, холеру, жовтяницю, проаналізував причини, симптоми і способи лікування таких важких хворіб, як менінгіт, виразка шлунку, і багатьох інших. Він докладно пояснив будову м'язів очі.

Августин розділяє час на минуле, сьогодення і майбутнє. Він пише, що правильніше було б вести мову про три часи. Справжнє минулого - це пам'ять; Нині сьогодення - це безпосереднє споглядання; Нині майбутнього - це очікування.

1.6.3. Розвиток психології в епоху Відродження і Нового часу (15-16 століття н.е.)

Розвиток психології в епоху Відродження

В якійсь мірі проблеми, які поставали перед психологією в епоху Відродження, повторювали старі, що виникли в період становлення наукової психології на рубежі 7-6 ст. до н.е. Як і тоді, психологія прагнула подолати сакральність, яка повернулася у Середньовіччя. Тому можна сказати, що період Відродження був поверненням найважливіших принципів античної науки.

В цей час зародився новий предмет психологічної науки як науки про свідомість.

15-17 століття залишилися в історії часом злету мистецтва, перш за все італійського живопису і скульптури.

Поряд з вивчення свідомості відбувається дослідження проблеми здібностей.

Характеристика періоду:

- 1) Відродження античних цінностей.
- 2) Культура стає світською.

Основні ідеї:

- 1) Смертність або безсмертя душі.
- 2) Взаємодія розуму і душі.
- 3) Основи фізіології нервової системи.

Представники: Леонардо да Вінчі, Томазо, Кампанелла.

Розвиток психології в епоху Нового часу (17-початок 19 століття)

Характеристика періоду:

- 1) Розвиток природничо-наукових досліджень, які стосуються фізики, математики, біології.
- 2) Нові знання про будову світу.

Основні ідеї:

- 1) Виділення свідомості як предмета психології.
- 2) Формування емпіричної психології.
- 3) Розвиток психофізіології.
- 4) Поява поняття несвідомість.

Представники: Декард, Спіноза, Лейбніц, Руссо, Кант, Берклі, Дідро, Гоббс, Гельвецій

Психологія ставала наукою про свідомість. У дослідженні процесів пізнання психологи, які працювали в Новий час, виходили з різних положень. Одні вважали, основою всіх наших знань є відчуття - сенсуалізм (Гоббс, Локк), інші віддавали пріоритет мисленню - раціоналізм (Декард, Спіноза, Лейбніц).

Важливою заслугою Декарда стало відкриття рефлексу. Дослідження пристрастей було предметом останньої роботи Декарда «Пристрасті душі». Існує два види пристрастей - активні і пасивні: пасивні - результат взаємодії з предметами навколишнього світу, активні - Декард ототожнював з бажаннями, які виходять безпосередньо від нашої душі і залежать тільки від неї.

Спіноза вперше намагався побудувати психологію емоцій, яку представляв як систему динамічних сил, що діють по логічним законам, які можуть бути виведені з трьох первинних емоцій (задоволення, незадоволення, бажання). Ідея про те, що емоційне життя підпорядкована логіці, а емоції - не просто ірраціональні сили, які повинні бути придушені, або якимось чином подолані, знайшла визнання тільки два століття по тому - в психоаналізі Фрейда.

Кант проблему часу розглядає в тісному зв'язку зі свідомістю. В теорії пізнання Кант особливо виділяє поняття інтуїції. Під інтуїцією він розуміє особливий спосіб філософського дослідження свідомості - спосіб спостереження діяльності свідомості.

Особливо значущим для психології була поява в середині 18 століття першої психологічної школи - асоціанізму, що сприяло виділенню психології в самостійну, а потім в експериментальну науку. Асоціації - встановлення зв'язків між явищами

Розвиток асоціативної психології

Предмет - свідомість (перш за все пізнавальні процеси), а також поведінка. Ця школа започаткувала виділення психології в самостійну, незалежну від філософії науку, що має власний предмет. У руслі асоціанізму змінилася і орієнтація психології з філософської на природничо-наукову, а також почалися пошуки об'єктивного методу дослідження і становлення експериментальної психології.

Засновником асоціативної психології, яка проіснувала як єдиний психологічний напрям до 20 століття, по праву вважається Гартлі (1705 - 1757). Гартлі прагнув створити таку теорію, яка не тільки пояснювала б душу людини, і дозволяла б управляти його поведінкою.

1.6.4. Розвиток експериментальної психології (середина 19 - початок 20 століття)

З розширенням предмета психологічних досліджень з'явилася перспектива розробки нових, експериментальних методів, в яких можна було б використовувати спеціальне обладнання, що підвищує точність і достовірність результатів спостереження і застосування математики для підрахунку отриманих даних.

Вундт - засновник експериментальної психології, 1876 рік.

Гельмгольц - чітко показав залежність чуттєвих відчуттів від зовнішніх подразників.
 Фехнер, Вебер - поріг відчуття, тобто величина подразника, що викликає або змінює відчуття величиною подразника.
 Еббінгауз - коефіцієнт запам'ятовування, крива забування.

1.6.5. Методологічна криза в психології

Кінець 19 століття ознаменувався дискусіями про те, якими шляхами будувати нову, об'єктивну психологію, які методи повинні стати провідними при дослідженні.

На рубежі століть ще здавалося, що ці суперечки приведуть до єдиної думки і вишикується методологія нової, позитивної психології. Однак логіка розвитку перших шкіл показала, що існує кілька шляхів будівництва такої психології, які кардинально відрізняються один від одного не тільки в розумінні завдань, але навіть визначенні предмета та змісту.

Різні наукові інтереси, методологічні принципи і соціальна ситуація, в якій творили вчені перших десятиліть 20 століття, не дозволяли прийти до загального розуміння цілей, предмета методів.

Ця ситуація рефлексувалася вченими як криза психології, який призвів до появи основних напрямків психології.

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ В ЗАРУБІЖНОЇ ПСИХОЛОГІЇ (20 сторіччя)

НАПРЯМОК	ПРЕДМЕТ	ПРЕДСТАВНИКИ
Біхевіоризм	поведінка	Е. Торндайк, У. Уотсон
Фрейдизм (Глибинна)	несвідоме	З. Фрейд, Юнг, А. Адлер
Гештальтпсихологія	цілісні структури психіки	Келлер, К. Левін
Гуманістична психологія	особистість, індивідуальність	Роджерс, Маслоу
Когнітивна психологія	пізнавальні процеси	У.Найссера

Питання:

1. Розкрийте предмет, завдання психології.
2. У чому полягають основні функції психіки?
3. Розкажіть фізіологічним основам психології.
4. У чому полягає відмінність життєвої і наукової психології?
5. Розкрийте основні методи психології.
6. Дайте коротку характеристику періоду античності.
7. Дайте коротку характеристику періоду середньовіччя.
8. Дайте коротку характеристику періоду Відродження і Нового часу.
9. Розвиток експериментальної психології.
10. Розкрийте основні напрямки зарубіжної психології.

ТЕМА 2. ПСИХІЧНІ ПІЗНАВАЛЬНІ ПРОЦЕСИ

2.1. ВІДЧУТТЯ

- 2.1.1. Характеристика і фізіологічна основа відчуттів.
- 2.1.2. Види відчуттів.
- 2.1.3. Властивості відчуттів.
- 2.1.4. Взаємодія відчуттів.
- 2.1.5. Розвиток відчуттів.

2.1.1. Характеристика і фізіологічна основа відчуттів

Відчуття - чуттєве відображення об'єктивної реальності.

Органи почуттів - єдині канали, по яких зовнішній світ проникає в людську свідомість. Суть відчуттів у відображенні окремих властивостей предмета. Що це означає: кожен подразник має свої характеристики.

Фізіологічною основою відчуттів є діяльність аналізаторів, які складаються з:

- * Рецепторів, частина аналізатора, яка сприймає, основна функція: трансформація зовнішньої енергії в нервовий процес.
 - * Провідних нервових шляхів, по яких збудження, що виникає в рецепторах, передається у відповідні ділянки кори великих півкуль головного мозку людини.
 - * Центральних коркових відділів аналізаторів, де відбувається «обробка» нервових сигналів, що надходять від рецепторів.
- Для виникнення відчуття необхідно задіяти всі складові частини аналізатора (приклад: зорові відчуття, очі, нерви, коркові півкулі).

2.1.2. Види відчуттів

Екстерорецептивні відчуття відображають властивості предметів і явищ зовнішнього середовища.

За допомогою зорових відчуттів людина здатна розрізняти до 180 тонів кольору і більше 10 000 їх відтінків.

За допомогою слухових відчуттів людина сприймає мову інших людей, контролює багато видів робіт, насолоджується музикою.

Нюхові відчуття допомагають людині розрізняти летючі речовини і запахи, присутні в навколишньому середовищі. Є проміжними, тому що відчуття виникає на відстані, але запахи проникають.

Смакові відчуття визначають якісні особливості прийнятої людиною їжі.

Температурні відчуття - це відчуття тепла і холоду.

Тактильні відчуття - спільно з м'язово-руховими складають дотик, за допомогою якого людина відображає якісні особливості предметів - їх гладкість, шорсткість, щільність, а також дотик предмета до тіла, місце і розмір ділянки шкіри, яка дратується.

Інтерорецептивні відчуття відображають стан внутрішніх органів, внутрішніх процесів організму, виникають завдяки рецепторам, що знаходяться на стінках шлунку і кишечника, серця і кровоносної системи і ін. внутрішніх органів.

Дані відчуття відносяться до числа найменш усвідомлюваних форм відчуттів і завжди зберігають свою близькість до емоційних станів. Їх часто називають органічними.

Проприоцептивні відчуття - це відчуття, що відображають рух нашого тіла.

За допомогою м'язово-рухових відчуттів людина отримує інформацію про положення тіла в просторі, про стан всіх його органів, про рух тіла і його частин, про скорочення, розтягування і розслаблення м'язів. Відчуття рівноваги забезпечують вертикальне положення людського тіла. Відчуття рівноваги виникає в результаті функціональної діяльності вестибулярного аналізатора.

Рецептори рухових відчуттів знаходяться в м'язах, сухожиллях і суглобових поверхнях.

2.1.3. Властивості відчуттів

* *Інтенсивність* - кількісна характеристика, що визначається силою подразника і функціонального стану рецептора, що визначає ступінь готовності рецептора виконувати свої функції. Наприклад: якщо у вас нежить, то інтенсивність сприймання запахів може бути спотворена.

* *Тривалість* - тимчасова характеристика виниклого відчуття. Вона також визначається функціональним станом органу чуття, але головним чином - часом дії подразника.

При впливі подразника на орган почуттів відчуття виникає не відразу, а через деякий час. Латентний період різних видів відчуттів неоднаковий: для тактильних - 130 мс, больових - 370мс, смакових - 50 мс.

Відчуття не виникає одночасно з початком дії подразника і не зникає одночасно з припиненням його дії. Слід від подразника залишається у вигляді послідовного образу.

* *Послідовні образи* - продовження відчуття, коли дія подразника вже припинилося. Розрізняють позитивні і негативні послідовні образи.

Позитивний послідовний образ відповідає первісному подразненню, полягає в збереженні сліду роздратування тої ж якості, що і діючий подразник. Наприклад, після виходу з вагона метро нам кілька секунд здається, що ми ще рухаємося в поїзді. Щоб спостерігати це явище на практиці, ввечері сядьте ввечері біля лампи і на 2-3 хвилини закрийте очі. Потім відкрийте очі і протягом 2-3 секунд дивіться на лампу, після чого знову закрийте очі і прикрийте їх рукою (щоб світло не проникало крізь віки). Ви побачите на темному тлі світлий образ лампи.

Інший феномен зору пов'язаний з негативним послідовним образом. Суть даного феномену полягає в тому, що після впливу світла протягом деякого часу зберігається відчуття протилежного по світлин впливає подразника. Наприклад, покладіть перед собою два чистих білих аркуша паперу. На середину одного з них покладіть квадратик червоного паперу. В середині червоного квадрата намалюйте маленький хрестик і протягом 20-30 секунд дивіться на нього, не відриваючи погляду. Потім переведіть погляд на чистий білий аркуш паперу. Через деякий час ви побачите на ньому образ червоного квадрата. Тільки колір у нього буде інший - блакитно-зелений. Через кілька секунд він почне бліднути і незабаром зникне. Образ квадрата і є негативний послідовний образ. Чому образ квадрата зеленувато-блакитний. Справа в тому, що цей колір є додатковим по відношенню до червоного кольору.

Негативний послідовний образ - полягає у виникненні якості відчуття, протилежної якості подразника, який впливає. Наприклад: світло - темрява, тяжкість - легкість, тепло - холод.

* *Просторова локалізація* подразника. Аналіз, який здійснюється рецепторами, дає нам відомості про локалізацію подразника в просторі, тобто ми можемо сказати, звідки падає світло, йде тепло або на яку ділянку тіла впливає подразник.

Описані властивості відображають якісні характеристики відчуттів. Важливе значення мають кількісні характеристики відчуттів.

* *Пороги відчуття:*

Нижній поріг відчуття - мінімальна величина або сила подразника на органи чуття, достатня для виникнення відчуття. Чим менше величина цього порога, тим вище чутливість даного аналізатора.

Верхній поріг відчуття - максимальна сила подразника, понад яку роздратування перестав відчуватися адекватно (його називають больовим порогом, бо при відповідних величинах стимулів ми відчуваємо біль: різь в очах, біль у вухах).

* *Адаптація* - підвищення або зниження чутливості аналізаторів в результаті безперервного або тривалого впливу подразників. Тимчасові характеристики цього процесу неоднакові для різних органів чуття. Щоб зір в темній кімнаті придбало потрібну чутливість, повинно пройти близько 30 с. Адаптація слухових органів йде набагато швидше. Слух адаптується до навколишнього фону вже через 15с.

2.1.4. Взаємодія відчуттів

Всі види відчуттів не ізолювані один від одного, тому інтенсивність відчуттів залежить не тільки від сили подразника і рівня адаптації рецептора, а й від подразників, які впливають в даний момент на інші органи чуття. Зміна чутливості аналізатора під впливом подразнення інших органів чуття називається взаємодія відчуттів.

Існує два види взаємодії відчуттів

1. Взаємодія між відчуттями одного виду.
2. Взаємодія між відчуттями різних видів.

Освітлення очей робить чутні звуки більш гучними. Звукове роздратування може загострити роботу зорового відчуття, підвищивши його чутливість до світлових подразників. Аналогічним чином впливають і деякі запахи, підвищуючи або знижуючи світлову і слухову чутливість.

Загальна закономірність полягає в тому, що слабкі подразники підвищують, а сильні - знижують чутливість аналізаторів при їх взаємодії.

Аналогічну картину можна спостерігати при взаємодії відчуттів одного виду. Наприклад, будь-яку точку в темряві легше побачити на світлому фоні. Як приклад взаємодії зорових відчуттів можна привести явище контрасту, що виражається в тому, що колір змінюється в протилежну сторону по відношенню до оточуючих його квітам. Наприклад, сірий колір на білому тлі буде виглядати темніше, а в оточенні чорного кольору - світліше.

Як впливає з наведених прикладів, існують способи підвищити чутливість органів чуття.

Сенсабілізація - підвищення чутливості аналізаторів під впливом одночасної діяльності інших аналізаторів.

Синестезія - виникнення відчуття під впливом подразника на один орган почуттів, характерних для іншого органу чуття.

У психології добре відомі факти «пофарбованого слуху», який зустрічається у багатьох людей, і особливо у багатьох музикантів. Так, широко відомо, що високі звуки ми розцінюємо як «світлі», а низькі як «темні».

2.1.5. Розвиток відчуттів

Відчуття починає розвиватися відразу після народження дитини. Через нетривалий час після народження дитина починає реагувати на подразники всіх видів. Однак існують відмінності в ступені зрілості окремих почуттів і в послідовності їх розвитку.

Вже до моменту народження у дитини досить високо розвинена смакова чутливість. Через кілька днів після народження дитина відрізняє молоко матері від підсолодженої води, а останню від простої води.

Відразу після народження у дитини більш розвинутою виявляється шкірна чутливість.

З моменту народження у дитини вже досить розвинена нюхова чутливість. Новонароджена дитина по запаху материнського молока визначає, є в кімнаті мати чи ні. Однак нюхові відчуття, не пов'язані з харчуванням, розвиваються досить довго.

Більш складний шлях розвитку проходять зір і слух, що пояснюється складністю будови даних органів почуттів і меншою зрілістю їх до моменту народження.

У перші дні після народження дитина не реагує на звуки, навіть дуже гучні. Це пояснюється тим, що слуховий прохід новонародженого заповнений навколоплідної рідиною, яка розсмоктується лише через кілька днів. Зазвичай дитина починає реагувати на звуки протягом першого тижня, іноді цей термін подовжується до двох-трьох тижнів.

Через 2-3 місяці дитина починає сприймати напрямок звуку, повертає голову в бік джерела звуку.

Що стосується розвитку мовного слуху, то дитина перш за все починає реагувати на інтонацію мови. Це спостерігається на другому місяці життя, коли ласкавий тон діє на дитину заспокійливо. Потім дитина починає сприймати ритмічну сторону мови і загальний звуковий малюнок слів. Однак розрізнення звуків мови настає до кінця першого року життя.

Найбільш повільно у дитини розвивається зір.

Дитина, починаючи відчувати світло, в перший час не може «бачити» предмети. Це пояснюється тим, що рухи очей дитини не узгоджені:

Одне око може дивитися в одну сторону, інше в іншу або взагалі може бути закритим. Дитина починає керувати рухом очей лише до кінця другого місяця життя. Предмети і особи він починає розрізняти лише на третьому місяці.

Розрізнення кольорів зростає повільно. Встановлено, що дитина починає розрізняти колір на 5-му місяці, після чого вона починає проявляти інтерес до всякого роду яскравих предметів.

Рівень розвитку відчуттів у різних людей неоднаковий. Це багато в чому пояснюється генетичними особливостями людини. Проте відчуття в певних межах можна розвивати. Розвиток відчуттів здійснюється методом постійних тренувань. Саме завдяки можливості розвитку відчуттів відбувається, наприклад, навчання дітей музиці або малюванню.

Питання:

1. Що таке відчуття? Які основні характеристики даного процесу?
2. Що є фізіологічним механізмом відчуттів? Що таке аналізатор?
3. У чому полягає рефлекторний характер відчуттів?
4. Які існують концепції і теорії відчуттів?
5. Які є класифікації відчуттів?
6. Охарактеризуйте основні види відчуттів.
7. Розкажіть про основні властивості відчуттів.
8. Що ви знаєте про абсолютному та відносному порогах відчуттів?
9. Розкажіть про фізіологічні механізми зорових відчуттів. Які існують теорії колірного зору?
10. Розкажіть про слухових відчуттях. Що ви знаєте про резонансної теорії слуху?
11. Розкажіть про шкірних відчуттях.

2.2. СПРИЙНЯТТЯ

2.2.1. Характеристика сприйняття. Предмет і фон сприйняття.

2.2.2. Типи і види сприйняття.

2.2.3. Властивості сприйняття.

2.2.4. Розвиток сприйняття.

2.2.1. Характеристика сприйняття. Предмет і фон сприйняття

Сприйняття - відображення в свідомості людини предметів і явищ в цілому, а не окремих їх властивостей, як це відбувається при відчутті, які безпосередньо впливають на його органи почуттів.

Крім відчуттів в процесі сприйняття задіяний попередній досвід, процеси осмислення того, що сприймається, тобто включаються психічні процеси ще більш високого рівня, такі як пам'ять і мислення.

У процес сприйняття завжди включені рухові компоненти (обмацування предмета і рух очей при сприйнятті).

Етап сприйняття вимагає об'єднання групи основних істотних ознак і зіставлення сприйнятого комплексу ознак з колишніми знаннями про предмет, тобто в процесі сприйняття бере участь пам'ять.

Повне сприйняття предметів виникає як результат складної аналітико-синтетичної роботи, при якій виділяються одні, істотні, ознаки, гальмуються інші, несуттєві, і ознаки, які сприймаються, об'єднуються в одне осмислене ціле.

Аналіз і синтез забезпечують виділення об'єкта сприйняття з навколишнього середовища, і на цій основі всі властивості об'єднуються в цілісний образ.

У кожен момент часу на наші органи чуття діє багато предметів, але не всі вони сприймаються однаково. Одні з них виділяються нами, виступають «на передній план», і ми зосереджуємося на них. Інші - немов відходять на «задній план», в даному разі зливаються один з одним, сприймаються менш ясно. Відповідно до цього розрізняють:

Предмет, або, об'єкт сприйняття - то, на чому ми зосереджені в даний момент сприйняття.

Фон - всі інші предмети, що діють на нас в цей же час, відступаючі, в порівнянні з об'єктом сприйняття, «на задній план».

Виділення предмета з фону насамперед залежить від ступеня відмінності між ними. Чим більше предмет і фон відрізняються один від одного, тим легше предмет виділяється з фону.

Виділення предмета утруднено також в тому випадку, якщо предмет знаходиться в оточенні подібних предметів.

Для того, щоб полегшити виділення об'єкта з фону, необхідно посилити його відміну.

І навпаки, там, де треба ускладнити виділення об'єкта з фону, необхідно зменшити їх відмінність.

2.2.2. Типи і види сприйняття

Типи сприйняття.

Цілісний, або, синтетичний - більше вловлюють зміст цілого, ніж детальний зміст і особливо його окремі частини.

Аналітичний - навпаки, схильні до чіткого виділення деталей і подробиць. Їхні розповіді завжди наповнені подробицями і описом приватних деталей.

Описовий - обмежуються фактичною стороною того, що бачать і чують, не намагаючись пояснити собі суть сприйнятого явища.

Пояснювальний - навпаки, не задовольняються тим, що безпосередньо дано в сприйнятті. Вони завжди прагнуть пояснити побачене або почуте.

Об'єктивний - характерно суворі відповідності тому, що відбувається в дійсності.

Суб'єктивний - виходять за межі того, що їм дано фактично, і привносять багато від себе.

Види сприйняття.

Сприйняття простору - сприйняття форми, величини, обсягу об'єктів, відстані між ними, їх взаємне розташування, віддаленість і напрямки, в якому вони знаходяться.

Сприйняття можуть бути неправильними або перекоханими - ілюзіями.

Ілюзія - помилкове сприйняття реальних речей і явищ.

Сприйняття часу - відбиток об'єктивної тривалості, швидкості і послідовності явищ дійсності.

Сприйняття послідовності явищ спирається на чітку розчленованість і об'єктивно існуючу зміну одних явищ іншими, а також пов'язане з уявленнями про сьогодення, минуле і майбутнє.

Сприйняття темпу - відображення швидкості, з якою змінюють один одного окремі стимули процесу, який здійснюється в часі (наприклад, чергування звуків)

Сприйняття ритму - відображення рівномірного чергування стимулів, їх розміреності при впливі предметів і явищ об'єктивної дійсності на наші органи.

Сприйняття руху - відображення в часі змін положення об'єктів або самого спостерігача в просторі.

Спостерігаючи рух, перш за все сприймають:

- 1) Характер руху (згинання, розгинання, підтягування);
- 2) Форму руху (прямолінійне, круг, дугоподібне);
- 3) Амплітуду (розмах) руху (повна, неповна);
- 4) Напрямок руху (направо, наліво, вгору, вниз);
- 5) Тривалість руху (короткий, довгий);
- 6) Швидкість руху (швидке, повільне);
- 7) Прискорення руху (рівномірний, прискорене, плавне).

2.2.3. Властивості сприйняття

* *Вибірковість* - здатність людини в будь-який момент часу сприймати тільки один предмет або конкретну групу предметів, в той час як інші об'єкти є фоном нашого сприйняття, тобто не відбиваються в свідомості.

* *Свідомість* сприйняття показує, що предмети, які сприймаються людиною, мають для неї певний життєвий сенс. Завдяки усвідомленню людиною сутності та призначення предметів стає можливим і цілеспрямоване їх використання.

* *Константність* - сталість в сприйнятті. Воно забезпечує сталість величини, форми і кольору предметів при зміні відстані, ракурсу, освітленості. Константність сприйняття пояснюється досвідом, набутим у процесі індивідуального розвитку особистості, і має велике практичне значення. Якби сприйняття не було константним, то при кожному кроці, повороті, русі, зміні освітлення люди стикалися б з новими предметами, переставали б дізнаватися про те, що було відомо їм раніше.

Константність сприйняття кольору полягає у відносній незмінності кольору при зміні освітлення. Наприклад, шматок вугілля в літній сонячний полудень буде в 8-9 разів світліше, ніж крейда в сутінки. Однак ми сприймаємо його забарвлення як чорну, а не білу. У той же час колір крейди навіть в сутінки для нас буде білим.

Константність сприйняття величини предметів виражається у відносній сталості видимої величини предметів при їх різній віддаленості. Наприклад: рухомий далеко вантажний автомобіль.

* *Цілісність* - виражається в тому, що образи розкритих предметів виступають у свідомості людини в сукупності багатьох їхніх якостей і характеристик, навіть якщо окремі з цих якостей в даний момент не сприймаються.

Цілісність сприйняття виражається в тому, що навіть при неповному відображенні окремих властивостей сприйманого об'єкта відбувається уявне добування отриманої інформації до цілісного образу конкретного предмета.

* *Апперцепція* - залежність сприйняття від колишнього досвіду людини. Так, в сприйнятті одного і того ж предмета різними людьми бувають відмінності в залежності від поставленого завдання, установки, психічного стану. Апперцепція надає активний характер сприйняття особистості. Сприймаючи предмети, людина виражає своє ставлення до них.

Наприклад,

1) Не дізнаючись при сприйнятті іноземної мови малознайомі слова, ми тим не менше безпомилково розбираємо рідну мову навіть тоді, коли слова вимовляються невизначно.

2) Контролер ОТК на виробництві легко знаходить браковані деталі не тільки тому, що добре вміє це робити, а тому що в результаті професійної діяльності у нього виробилася установка на сприйняття їм виробів, які перевіряються саме з цього боку.

3) Мати дитини, яка спить, може не чути шуму вулиці, але миттєво реагує на будь-який звук, що доноситься з боку дитини.

* *Предметність* - здатність відображати об'єкти і явища реального світу не у вигляді набору не пов'язаних один з одним відчуттів, а у формі окремих предметів.

Кожен предмет є складним цілим і має багато властивостей. Сприймаючи його як ціле, ми разом з тим сприймаємо і окремі його частини. Обидві ці сторони сприйняття найтіснішим чином пов'язані між собою: сприйняття цілого обумовлено сприйняттям його частин і властивостей, в той же час воно саме впливає на їх сприйняття.

Кожен предмет має характерні, тільки йому притаманні пізнавальні ознаки. Відсутність саме цих ознак в сприйнятті заважає нам пізнати предмет, в той же час відсутність інших, менш суттєвих ознак при наявності в сприйнятті істотних не заважає дізнатися те, що ми сприймаємо. Істотну роль в сприйнятті цілого і його частин грають індивідуальні відмінності людей. У більшості людей на перший план виступає сприйняття цілого, без виділення окремих частин. У деяких людей спостерігається зворотнє явище: в першу чергу розрізняються окремі частини предмета. Дуже важливу роль відіграє установка.

2.2.4. Розвиток сприйняття

Новонароджена дитина не в змозі сприймати навколишній світ у вигляді цілісної предметної картини. При первісному виділенні дитиною предметів з навколишнього світу і їх предметному сприйнятті можна судити по розгляданню дитиною цих предметів, коли він не просто на них дивиться, а розглядає, немов обмацує своїм поглядом.

На думку Теплова, ознаки предметного сприйняття у дитини починають проявлятися в ранньому дитячому віці (2-3 місяці), коли починають формуватися дії з предметами. До 5-6 місяців у дитини відзначається зростання випадків фіксації погляду на предметі, яким він оперує. На цьому розвиток сприйняття не зупиняється, а тільки починається.

При переході від перед дошкільного до шкільного віку під впливом ігрової та конструктивної діяльності у дітей складаються складні види зорового аналізу і синтезу, включаючи здатність подумки розчленовувати сприймається об'єкт на частини в зоровому полі, досліджуючи кожен з цих частин окремо і потім об'єднуючи їх в одне ціле.

В процесі навчання дитини в школі активно відбувається розвиток сприйняття, яке в цей період проходить кілька етапів. Перший пов'язаний із становленням образу предмета в процесі маніпуляції цим предметом.

На наступному етапі діти знайомляться з просторовими властивостями предметів за допомогою рухів рук і очей. На наступних, більш високих щаблях психічного розвитку діти набувають здатність швидко і без будь-яких зовнішніх рухів пізнавати певні властивості сприймаються об'єктів, відрізняти їх на основі цих властивостей один від одного.

Що є найважливішою умовою розвитку сприйняття? Праця, який у дітей може проявлятися не тільки в формі суспільно корисної праці (виконання домашніх обов'язків), а також у формі малювання, ліплення, заняття музикою, читанням і інше. Тобто в формі різноманітної пізнавальної предметної діяльності. Не менш важливо для дитини участь в грі. В процесі гри дитина розширює не лише свій руховий досвід, а й уявлення про те, які предмети.

Питання:

1. Охарактеризуйте сприйняття як пізнавальний психічний процес.
2. У чому полягає взаємозв'язок відчуття і сприйняття?
3. Розкажіть про фізіологічні основи сприйняття. У чому полягає рефлекторна суть сприйняття?
4. Охарактеризуйте основні властивості сприйняття.
5. Які існують класифікації сприйняття?
6. У чому виявляються індивідуальні відмінності сприйняття?

2.3. УВАГА

- 2.3.1. Увага, її види.
- 2.3.2. Властивості уваги.
- 2.3.3. Розвиток уваги.
- 2.3.4. Теорії уваги.

2.3.1. Увага, її види

Увага - вибірковість і зосередженість свідомості людини на певні предмети і явища.

Увага - це процес відбору однієї інформації, що надходить через органи почуттів, і ігнорування іншої.

Увага не має такого спеціального нервового центру, як відчуття і сприйняття. Фізіологічно воно обумовлено роботою тих же центрів, за допомогою яких здійснюються супроводжувані увагою психічні процеси.

Увага забезпечує наявність в корі великих півкуль головного мозку ділянки з підвищеною нервовою збудливістю, що панує над іншими частинами. В результаті цього здійснюється зосередження свідомості людини на певних предметах і явищах.

Спрямованість і зосередженість психічної діяльності можуть носити мимовільний і довільний характер.

Коли діяльність захоплює нас і ми займаємося нею без будь-яких вольових зусиль, то спрямованість і зосередженість психічних процесів носить мимовільний характер.

Коли ми знаємо, що нам треба виконати певну роботу і беремося за неї в силу поставленої мети і рішення, то спрямованість і зосередженість носить довільний характер.

Довільна - це увага, що виникає в результаті свідомих зусиль людини, спрямованих на краще виконання тієї чи іншої діяльності. Воно характеризується цілеспрямованістю, організованістю, підвищеною стійкістю.

Цілеспрямованість визначається завданнями, які людина ставить перед собою в тій чи іншій діяльності. Навмисне увагу викликають не всі об'єкти, а тільки ті, які пов'язані з завданням, виконуваним в даний момент; з багатьох об'єктів вибираються ті, які необхідні при виконанні даного виду діяльності.

Організованість - означає, що ми заздалегідь готуємося бути уважними до того чи іншого предмету, свідомо направляємо на нього свою увагу, проявляємо вміння організувати необхідні для даної діяльності психічні процеси.

Підвищена стійкість - навмисного уваги дозволяє організувати роботу протягом більш або менш тривалого часу.

Мимовільна - це увага, що викликається зовнішніми причинами - тими чи іншими особливостями об'єктів, що впливають на людину в даний момент.

Причини мимовільної уваги пов'язані з:

1. *Характером зовнішнього подразника:*

Інтенсивність роздратування - полягає в переважній дії об'єкта уваги людини на його свідомість (наприклад, сильніший звук, більш яскравий план), який активізує психіку. Велике значення має відносна

сила подразника: наприклад, якщо ми займаємося, ми не помічаємо слабких подразників, але коли ми відпочиваємо, ми можемо чуйно реагувати на будь-які звуки, шарудіння.

Новизна і незвичайність об'єкта, навіть якщо він не виділяється інтенсивністю своєї дії, також стає стимулом уваги.

Динамічність об'єкта, що спостерігається при складних і тривалих діях (наприклад, при спостереженні за спортивними змаганнями, сприйнятті кінокартини та інше), також завжди викликає особливу увагу.

2. *Відповідністю зовнішніх подразників внутрішньому стану людини*, і перш за все, що є у нього потребам. Наприклад: ситий і голодний будуть по-різному реагувати на розмову про їжу.

3. *Загальною спрямованістю особистості*. Те, що нас цікавить найбільше і що становить сферу наших інтересів, в тому числі і професійних, звертає на себе увагу, навіть якщо зіткнулися випадково.

4. *Почуттями, які викликає у нас подразник*. Те, що цікаво нам, що викликає у нас певну емоційну реакцію, є найважливішою причиною мимовільної уваги.

Після довільна увага - цей вид уваги, подібно безпідставного, носить цілеспрямований характер і спочатку вимагає вольових зусиль, але потім людина «входить» в роботу: цікавими і значущими стають зміст і процес діяльності, а не тільки результат. Наприклад: школяр, вирішуючи важку арифметичну задачу, спочатку докладає до цього певних зусиль. Завдання важке, але поступово вирішується, стає цікавою. Все більше і більше захоплює його. Він перестає відволікатися. Увага з довільної стало як би мимовільним.

На відміну від справді мимовільної уваги після довільна залишається пов'язаним зі свідомими цілями і підтримується свідомими інтересами. У той же час на відміну від довільної уваги тут немає або майже немає вольових зусиль.

2.3.2. Властивості уваги

Концентрація - здатність людини зосереджуватися на головному в його діяльності, відволікаючись від всього того, що знаходиться в даний момент за межами розв'язуваної задачі.

Вважається, що концентрація є наслідком порушення в домінантному осередку при одночасному гальмуванні інших зон кори головного мозку.

Розподіл - можливість людини мати в свідомості одночасно кілька різнорідних об'єктів або ж виконувати складну діяльність, що складається з безлічі одночасних операцій.

Переключення - свідоме і осмислене переміщення уваги з одного об'єкта на інший. Легкість перемикання неоднакова у різних людей і залежить від цілого ряду умов (перш за все від співвідношення між попередньою і наступною діяльністю). Чим цікавіше діяльність, тим легше на неї перемкнутися.

Обсяг уваги - характеризується кількістю об'єктів або їх елементів, які можуть бути одночасно сприйняті з однаковим ступенем ясності і виразності. Показником обсягу уваги є кількість предметів, які ясно сприймаються. Зазвичай його показник у людей дорівнює - 5 ± 2 .

Інтенсивність - характеризується відносно більшою витратою енергії на виконання даного виду діяльності, в зв'язку з чим беруть участь в цій діяльності психічні процеси протікають з більшою ясністю, чіткістю і швидкістю.

Стійкість - здатність затримуватися на сприйнятті даного об'єкта.

Найбільш істотною умовою стійкості уваги є можливість розкрити в предметі, на якому воно зосереджено, нові сторони і зв'язку. Для підтримки уваги до якогось предмета необхідно, щоб сприйняття предмета розвивалося і виявляло перед нами новий зміст. Стійкість уваги залежить: від труднощі матеріалу, розуміння, ставлення до нього.

Відволікання - переміщення уваги з одного об'єкта на інший. Виникає при дії сторонніх подразників на людину, зайняту в цей момент діяльністю.

Зовнішня - під впливом зовнішніх подразників.

Внутрішня - під впливом сильних переживань, сторонніх емоцій, через відсутність інтересу. Найчастіше є наслідком відсутності вольового зусилля і інтересу до об'єкта або діяльності.

Неуважність - нездатність людини зосередитися на чому-небудь певному протягом тривалого часу.

2.3.3. Розвиток уваги

У перші місяці життя у дитини відзначається тільки мимовільна увага. Дитина спочатку реагує тільки на зовнішні подразники.

Починаючи з третього місяця дитина все більше цікавиться об'єктами, тісно пов'язаними з його життям, тобто найбільш близькими до нього. У 5-7 місяців дитина вже в змозі досить довго розглядати який-небудь предмет, обмацувати його, брати в рот. Особливо помітно прояв його інтересу до яскравих і блискучих предметів, що говорить про достатню вже розвитку мимовільної уваги.

Зачатки довільної уваги зазвичай проявляються до кінця першого - початку другого року життя. Велике значення для розвитку довільної уваги має гра. Паралельно з довільною увагою на основі чуттєвого досвіду розвивається і мимовільна увага.

Основною особливістю дошкільника є те, що його довільна увага досить нестійка. Дитина легко відволікається на сторонні подразники. Її увага надмірно емоційна, - вона ще погано володіє своїми почуттями. При цьому мимовільна увага досить стійка, тривала і зосереджена. Поступово шляхом вправ і волевих зусиль у дитини формується здатність керувати своєю увагою.

Особливе значення для розвитку довільної уваги має школа. В процесі шкільних занять дитина привчається до дисципліни. У неї формується посидючість, здатність контролювати свою поведінку. У перших класах дитина ще не може повністю контролювати свою поведінку на уроках. У неї як і раніше переважає мимовільна увага. У дитини в цьому віці мислення в основному наочно-образне. Тому, для того щоб привернути увагу дитини, виклад навчального матеріалу має бути гранично наочним.

У старших класах довільна увага дитини досягає більш високого рівня розвитку. Школяр вже в стані досить тривалий час займатися певним видом діяльності, контролює свою поведінку. Однак слід мати на увазі, що на якість уваги впливають не тільки умови виховання, а й особливості віку. Так, фізіологічні зміни, що спостерігаються у віці 13-15 років, супроводжуються підвищеною стомлюваністю і дратівливістю і в деяких випадках призводять до зниження характеристик уваги.

Це явище обумовлене не тільки фізіологічними змінами організму дитини, а й значним зростанням потоку сприймаючої інформації та вражень школяра.

Таким чином, у розвитку уваги можна виділити два основних етапи. Перший - етап дошкільного розвитку, головною особливістю якого є переважання зовні опосередкованої уваги, тобто уваги, викликаній факторами зовнішнього середовища. Другий - етап шкільного розвитку, який характеризується бурхливим розвитком внутрішньої уваги, тобто уваги, опосередкованої внутрішніми установками дитини.

2.3.4. Теорії уваги

Н. Ланге, аналізуючи найбільш відомі підходи до розуміння природи уваги, об'єднав існуючі теорії та концепції уваги в кілька груп.

1. Увага як результат рухового пристосування. Прихильники цього підходу виходять з того, що оскільки людина може довільно переносити увагу з одного предмета на інший, то увага неможлива без м'язових рухів. Саме м'язові рухи забезпечують пристосування органів почуттів до умов найкращого сприйняття.

2. Увага як результат обмеженості обсягу свідомості. Чи не пояснюючи, що розуміється під обсягом свідомості, І. Герберт і У. Гамільтон вважають, що більш інтенсивні уявлення в змозі витіснити або придушити менш інтенсивне.

3. Увага як результат емоцій. Ця теорія отримала найбільше визнання в англійській асоціативної психології. Вона базується на ствердженні про залежність уваги від емоційного забарвлення уявлення.

4. Увага як результат апперцепції, як результат життєвого досвіду індивіда. Увага як особлива активна здатність духу. Прихильники даної позиції приймають увагу за первинну і активну здатність, походження якої незрозуміло.

5. Увага як посилення нервової дратівливості. Відповідно до даної гіпотези, увага зумовлена збільшенням місцевої дратівливості центральної нервової системи.

6. Теорія нервового придушення намагається пояснити основний факт уваги - переважання єдиної думки над іншими - тим, що один фізіологічний нервовий процес затримує або пригнічує інші фізіологічні процеси, результатом чого є факт особливої концентрації свідомості.

Серед теорій уваги широку популярність також придбала теорія Т. Рібо, який вважав, що увага завжди пов'язана з емоціями і викликається ними. Особливо тісний зв'язок він вбачав між емоціями і довільною увагою. Рібо вважав, що інтенсивність і тривалість такої уваги обумовлена інтенсивністю і тривалістю асоційованих з об'єктом уваги емоційних станів.

Крім того, Рібо вважав, що увага завжди супроводжується змінами фізичного і фізіологічного стану організму. Це пов'язано з тим, що з точки зору фізіології увага як своєрідний стан включає комплекс судинних, дихальних, рухових та інших довільних або мимовільних реакцій.

При цьому особливу роль в поясненні природи уваги Рібо відводив рухам. Він вважав, що стан зосередженості уваги супроводжується рухами всіх частин тіла - обличчя, тулуба, кінцівок, які разом з органічними реакціями виступають як необхідна умова підтримки уваги на даному рівні. Рух фізіологічно підтримує і посилює даний стан свідомості.

Так, для органів зору і слуху увага означає зосередження і затримку рухів. Зусилля, що додається для зосередження й утримання уваги на чомусь, завжди має фізіологічну основу. Цьому стану відповідає, на думку Рібо, м'язова напруга. У той же час відволікання уваги Рібо пов'язував з м'язовою втомою. Отже, секрет довільної уваги, як вважав автор даного підходу, полягає в здатності керувати рухами. Тому не випадково дана теорія отримала назву моторної теорії уваги.

Крім теорії Т. Рібо існують і інші не менш відомі підходи до дослідження природи уваги. Наприклад, Д. Н. Узнадзе вважав, що увага безпосередньо пов'язано з установкою. На його думку, установка внутрішньо висловлює стан уваги. Під впливом установки відбувається виділення певного образу або враження, отриманого при сприйнятті навколишньої дійсності. Цей образ, або враження, і стає об'єктом уваги, а сам процес був названий об'єктивізація.

На закінчення слід зазначити, що, незважаючи на значну кількість наявних теорій, проблема уваги не стала менш значимою. Як і раніше тривають суперечки про природу уваги.

Не менш цікаву концепцію уваги запропонував П. Я. Гальперін. Концепція П.Я. Гальперіна складається з наступних основних положень:

1. Увага є одним з моментів орієнтовно-дослідницької діяльності і являє собою психологічну дію, спрямована на зміст образу, думки, іншого феномена, наявного в даний момент в психіці людини.

Головна функція уваги - контроль над змістом дії, психічного образу і інше. У кожній дії людини є орієнтовна, виконавча і контрольна частини. Ця остання і представлена увагою.

2. На відміну від дій, спрямованих на виробництво певного продукту, діяльність контролю, або увага, не має окремого результату.

3. Увага як самостійний акт виділяється лише тоді, коли дія стає не тільки розумовою, а й скороченою. При цьому не всякий контроль слід розглядати як увагу. Контроль взагалі лише оцінює дію, в той час як увага сприяє його поліпшенню.

4. Якщо розглядати увагу як діяльність психічного контролю, то все конкретні акти уваги - і довільної і мимовільної - є результатом формування нових розумових дій.

5. Довільна увага є планомірно здійснювана увагу, форма контролю, виконуваного за заздалегідь складеним планом, або зразком.

Незважаючи на значну кількість наявних теорій, проблема уваги не стала менш значимою. Як і раніше тривають суперечки про природу уваги.

Сучасні дослідники велику увагу приділяють пошуку механізмів уваги, досліджуючи нейрофізіологічні процеси. Наприклад, встановлено, що у здорових людей в умовах напруженої уваги виникають зміни біоелектричної активності в лобових долях мозку. Цю активність пов'язують з працею особливого типу нейронів, розташованих в лобових частках. Перший тип нейронів - «детектори новизни» активізуються при дії нових стимулів і знижують активність у міру звикання до них.

На відміну від них нейрони «очікування» збуджуються тільки при зустрічі організму з об'єктом, здатним задовольнити актуальну потребу. По суті справи, в цих клітинах закодована інформація про різні властивості предметів і, в залежності від виникаючих потреб, увага зосереджується на тій чи іншій їх стороні. Так, сита кішка не сприймає миша як їжу, але із задоволенням буде грати з нею.

Питання:

1. Дайте характеристику уваги як психічного процесу.
2. Розкажіть про фізіологічні механізми уваги.
3. Які ви знаєте теорії і концепції, які розглядають феномен уваги?
4. Які ви знаєте види уваги?
5. Дайте характеристику мимовільного і довільного уваги.
6. Що ви знаєте про після довільну увазі?
7. Назвіть основні властивості уваги і розкрийте їх суть.
8. Які методи вивчення уваги ви знаєте?
9. Що таке уявна і справжня неуважність?
10. Розкажіть про розвиток уваги у дитини.

2.4. ПАМ'ЯТЬ

2.4.1. Пам'ять, процеси пам'яті. Умови запам'ятовування.

2.4.2. Види пам'яті.

2.4.3. Характеристики пам'яті.

2.4.4. Індивідуальні особливості та розвиток пам'яті.

2.4.1. Пам'ять, процеси пам'яті. Умови запам'ятовування

Пам'ять - процес зйомки, збереження і відтворення того, що людина відбивала, робила або переживала.

Фізіологічною основою пам'яті є сліди минулих нервових процесів, що зберігаються в корі великих півкуль головного мозку в результаті пластичності нервової системи. Ці сліди у вигляді певних функціональних змін полегшують перебіг нервових процесів при їх повторенні, а також їх повторному виникненню при відсутності подразника, який викликає їх.

Процеси пам'яті: запам'ятовування, збереження, відтворення, забування

Запам'ятовування - запам'ятовування в свідомості людини отриманої інформації, яка є необхідною умовою збагачення досвіду людини новими знаннями і формами поведінки.

За ступенем активності цього процесу прийнято виділяти два види запам'ятовування: ненавмисне (мимовільне), навмисне (довільне).

Ненавмисне - без заздалегідь поставленої мети, без прояву вольових зусиль

Навмисне - людина ставить перед собою певну мету - запам'ятати якусь інформацію і використовує спеціальні прийоми заучування.

Умови запам'ятовування:

1. Ставити мету - запам'ятати

Головна особливість навмисного запам'ятовування - прояв вольових зусиль у вигляді постановки завдання на запам'ятовування.

Приклад: проводився експеримент, суть полягала в заучуванні безглузвих слів. Зазвичай, щоб їх запам'ятати, потрібно кілька повторень. В цей же раз випробуваний читав їх 20,30,40 і нарешті 46 разів і не давав сигналу, що запам'ятав. Коли ж психолог попросив повторити прочитаний ряд напам'ять, здивований випробуваний, сказав: «Як? Так я повинен їх завчити? ». Після чого він ще шість разів прочитав зазначений ряд і безпомилково повторив його.

2. Включення в діяльність

Запам'ятовування може бути продуктивніше, якщо включено в діяльність. Наприклад: 2 фрази на правила. Потрібно придумати 2 подібні свої. Запам'ятовувати фрази не потрібно. Через кілька днів попросили згадати й тих, і інших. Ті, що були придумані в ході експерименту, згадалися краще.

3 Ступінь осмислення матеріалу

Механічне - без усвідомлення логічного зв'язку між різними частинами сприйманого матеріалу.

Осмислення - базується на розумінні внутрішніх логічних зв'язків між окремими частинами матеріалу.

Осмислене запам'ятовування вимагає від людини значно менше зусиль і часу, але є більш дієвим. Якщо порівняти ці способи, то можна прийти до висновку про те, що осмислене запам'ятовування набагато продуктивніше.

Осмислення матеріалу досягається наступними способами:

1. Виділення в досліджуваному матеріалі головних думок і групування їх у вигляді плану.

2. Виділення смислових опорних пунктів: кожному смислової частини ми замінюємо будь-яким словом або поняттям.

Встановлено, що учні складові план при запам'ятовуванні текстів, виявляють більш глибокі знання, ніж ті, які запам'ятали текст без такого плану.

3. Корисним прийомом осмислення є порівняння, тобто знаходження подібності та відмінності між предметами, явищами, подіями. Наприклад: учитель, вивчаючи з дітьми матеріал, часто порівнює його з вже вивченим, тим самим включаючи новий в систему знань.

4. Спосіб запам'ятовування

3 способу заучування матеріалу

Перший спосіб полягає в тому, що матеріал читається від початку до кінця кілька разів, до повного засвоєння.

При другому способі матеріал ділиться на частини і кожна частина заучується окремо. Спочатку прочитується одна частина, потім інша і далі.

Комбінований спосіб є поєднанням цілісного і приватного. Дослідження показали, що із зазначених способів найбільш доцільним є комбінований спосіб.

5. Включення вольових зусиль, необхідних для здійснення процесу запам'ятовування

6. *Залучення мови* (усної або письмової). Коли ми промовляємо то, що необхідно запам'ятати, процес запам'ятовування відбувається продуктивніше

Збереження - утримання в пам'яті отриманих знань протягом відносно тривалого періоду часу.

Відтворення - процес відтворення образу предмета, сприйманого нами раніше, але не сприйманого в даний момент.

Відтворення відрізняється від сприйняття тим, що воно здійснюється після нього і поза ним. Фізіологічною основою відтворення є відновлення нервових зв'язків, утворених раніше при сприйнятті предметів і явищ.

Забування - виражається в неможливості відновити раніше сприйняту інформацію. Фізіологічною основою забування є деякі види коркового гальмування, що заважає актуалізації тимчасових нервових зв'язків.

Забування проявляється в двох формах:

А) неможливість пригадати або дізнатися

Б) невірне пригадування або впізнавання.

Найбільша втрата матеріалу відбувається відразу ж після його сприйняття, а в подальшому забування йде повільніше.

2.4.2. Види пам'яті

Існує кілька підстав для класифікації видів пам'яті.

* **За характером психічної активності**, що переважає в діяльності виділяють:

Рухова - пам'ять на рухи: написання, танці, ходьба.

Емоційна - пам'ять на пережиті та збережені почуття, які виступають у вигляді сигналів, або спонукають до дії, або утримують від дій, що викликали в минулому негативні переживання.

За силою відтворене почуття може бути слабшим чи сильнішим первинного. Наприклад: горе змінюється сумом, захват - спокійним задоволенням. В іншому випадку, образа, перенесена раніше, при згадці про неї загострюється, а гнів - посилюється. Зміни можуть відбутися і в змісті нашого почуття. Наприклад, те, що раніше сприймалося нами як приkre непорозуміння, з часом може відтворюватися як забавний випадок, або ту обставину, що було зіпсовано дрібними неприємностями, з часом починає згадуватися як приємне.

Наочно-образна - пам'ять на уявлення, картини природи, звуки, запахи, смаки.

Легкість відтворення образу залежить від: емоційного забарвлення образу, загального стану людини в момент сприйняття. Точність відтворення в значній мірі визначається ступенем залучення мови при сприйнятті. Те, що при сприйнятті було названо, описано словом, відтворюється більш точно.

Словесно-логічна - пам'ять на сенс викладу, його логіку. в запам'ятовуванні і відтворенні наших думок.

Словесно-логічна пам'ять проявляється у двох випадках:

А) запам'ятовується і відтворюється тільки зміст даного матеріалу, а точне збереження справжніх виразів не потрібно.

Б) запам'ятовується не тільки зміст, а й буквальне словесне вираження думок (заучування).

Обидва ці види пам'яті можуть не збігатися один з одним. Наприклад, є люди, які добре запам'ятовують зміст прочитаного, але не завжди можуть точно і міцно завчити матеріал напам'ять, і люди, які легко заучують напам'ять, але не можуть відтворити текст «своїми словами».

Розвиток обох видів пам'яті також відбувається не паралельно один одному. Заучування напам'ять у дітей протікає іноді з більшою легкістю, ніж у дорослих. У той же час в запам'ятовуванні сенсу дорослі, навпаки, мають значні переваги перед дітьми.

*** За наявності цілей діяльності** пам'ять ділять на:

Мимовільна - здійснюється автоматично і без особливих зусиль з боку людини, без постановки мети.

Довільна - спрямована на досягнення мети, а сам процес вимагає вольових зусиль. Мимовільне запам'ятовування не обов'язково є більш слабким, ніж довільне. Навпаки, часто буває так, що мимоволі запам'ятований матеріал відтворюється краще, ніж матеріал, який спеціально запам'ятовувався. Наприклад, мимоволі почута фраза або сприйнята зорова інформація часто запам'ятовується надійніше, ніж якби ми намагалися запам'ятати її спеціально. Мимоволі запам'ятовується матеріал, який виявляється в центрі уваги, і особливо тоді, коли з ним пов'язана певна розумова робота.

*** За тривалістю закріплення і збереження матеріалу** виділяють:

Короткочасна - це запам'ятовування і збереження інформації на короткий термін після однократного і дуже нетривалого сприйняття.

Вона відіграє велику роль в житті людини, так як завдяки їй переробляється найбільший обсяг інформації, відсіюється непотрібна і залишається потенційно необхідна. Обсяг короткочасної пам'яті індивідуальний. Він характеризує природну людину, зберігається, як правило, протягом усього життя. Обсяг короткочасної пам'яті характеризує здатність механічно, тобто без використання спеціальних прийомів, запам'ятати і відтворити інформацію. Без хорошої короткочасної пам'яті неможливо нормальне функціонування довгострокової пам'яті. Переклад з короткочасної в довготривалу здійснюється завдяки вольовому зусиллю.

Оперативна - це збереження матеріалу після його фіксації на час, необхідний для виконання завдання. Вона впливає на успішність виконання тієї чи іншої діяльності.

Довгострокова - являє собою процес тривалого збереження інформації, яка часто повторюється і багаторазово запам'ятовується.

Генетична пам'ять - інформація зберігається в генотипі, передається і відтворюється у спадок.

2.4.3. Характеристики пам'яті

Обсяг, швидкість, точність, тривалість і готовність в сукупності прояви своїх особливостей характеризують ефективність пам'яті в цілому і конкретної людини зокрема.

Обсяг - найважливіша характеристика пам'яті, яка відображає кількісні показники і можливості, що зберігається і відтворюється людиною інформації.

Швидкість - здатність людини в процесі зйомки, збереження і відтворення інформації досягати певної швидкості її обробки і використання. При цьому одні люди досить легко використовують свої «інформаційні запаси», а інші, навпаки, зазнають серйозних труднощів при спробі відтворити інформацію, необхідну для вирішення навіть знайомого завдання.

Точність - характеристика пам'яті, яка відображає здатність людини точно зберігати, а найголовніше, точно відтворювати відбиту в пам'яті інформацію.

Тривалість - найважливіша характеристика пам'яті людини, яка свідчить про його здатність утримувати певний час в своїй свідомості потрібну інформацію.

Наприклад, людина готується до іспиту. Запам'ятовує одну навчальну тему, а коли починає вчити наступну, то раптом виявляє, що не пам'ятає те, що вчила перед цим. Іноді буває по-іншому. Людина запам'ятав всю необхідну інформацію, але коли треба було її відтворити, то вона не може цього зробити. Однак через деякий час вона з подивом відзначає, що пам'ятає все, що зуміла вивчити. В даному випадку ми стикаємося з іншою характеристикою пам'яті - готовність: здатність відтворити відбиту інформацію.

2.4.4. Індивідуальні особливості розвитку пам'яті

Процеси пам'яті у різних людей протікають неоднаково. В даний час прийнято виділяти дві основні групи індивідуальних відмінностей в пам'яті: в першу групу входять відмінності в продуктивності заучування, в другу - відмінності так званих типів пам'яті.

Відмінності в продуктивності заучування виражаються в швидкості, міцності і точності запам'ятовування, а також в готовності до відтворення матеріалу. Загальновідомо, що одні люди запам'ятовують швидко, інші повільно, одні пам'ятають довго, інші скоро забувають, одні відтворюють точно, інші допускають багато помилок, одні можуть запам'ятати великий обсяг інформації, інші запам'ятовують лише кілька рядків.

Так, для людей з сильною пам'яттю характерно швидке запам'ятовування і тривале збереження інформації. Відомі люди з винятковою силою пам'яті.

Чи існує зв'язок між тим, як швидко людина запам'ятовує і як довго пам'ятає? Експериментальні дослідження показали, що суворої закономірності тут немає. Найчастіше зустрічається позитивний зв'язок між міцністю і швидкістю запам'ятовування. Той, хто швидко запам'ятовує, довше і пам'ятає, але поряд з цим спостерігається і зворотне співвідношення. Немає також ніякого певного взаємозв'язку між швидкістю і точністю запам'ятовування.

Інша група індивідуальних відмінностей стосується типів пам'яті. Тип пам'яті визначає те, як людина запам'ятовує матеріал - візуально, на слух або користуючись рухом. Деякі люди, для того щоб запам'ятати, потребують зоровому сприйнятті того, що вони запам'ятовують. Це люди так званого зорового типу пам'яті. Іншим для запам'ятовування потрібні слухові образи. Дана категорія людей має слуховим типом пам'яті. Крім того, існують люди, які, для того щоб запам'ятати, потребують рухів і особливо в мовних рухах. Це люди, що володіють руховим типом пам'яті.

Однак чисті типи пам'яті зустрічаються не так часто. Як правило, більшість людей володіє змішаними типами. Так, найчастіше зустрічаються змішані типи пам'яті - слухо-моторний, зорово-руховий, зорово-слуховий. Змішаний тип пам'яті підвищує ймовірність швидкого і довготривалого заучування. Крім того, участь у процесах пам'яті декількох аналізаторів веде до більшої рухливості у використанні утворених систем нервових зв'язків: наприклад, людина не згадала щось на слух - згадає візуально. Тому доцільно, щоб людина запам'ятовувала інформацію різними способами: шляхом прослуховування, читання, розглядаючи ілюстрації, роблячи замальовки, спостерігаючи і т. д.

Типи пам'яті слід відрізнити від видів пам'яті. Види пам'яті визначаються тим, що ми запам'ятовуємо. А так як будь-яка людина запам'ятовує все: і руху, і образи, і почуття, і думки, - то різні види пам'яті притаманні всім людям і не становлять їх індивідуальної особливості. У той же час тип пам'яті характеризує те, як ми запам'ятовуємо: візуально, на слух або рухове. Тому тип пам'яті є індивідуальною особливістю даної людини. У всіх людей є всі види пам'яті, але кожній людині властивий якийсь певний тип пам'яті.

Початковим проявом пам'яті можна вважати умовні рефлекси, які спостерігаються вже в перші місяці життя дитини, наприклад припинення плачу, коли в кімнату входить мама. Більш чітко прояв пам'яті виявляється тоді, коли дитина починає впізнавати предмети. Вперше це спостерігається в кінці першого півріччя життя, і спочатку впізнавання обмежується вузьким колом об'єктів: дитина дізнається мати, інших людей, які його постійно оточують, речі, з якими він часто має справу.

Причому все це пізнається, а то й відбувається тривалої перерви в сприйнятті предмета. Якщо проміжок часу між впізнавання і сприйняттям предмета був досить великим, то дитина може не впізнати пред'являється йому предмет. Зазвичай цей прихований період не повинен перевищувати декількох днів, інакше дитина буде не в змозі дізнатися що-небудь або кого-небудь.

Поступово коло предметів, які дитина дізнається, збільшується. Подовжується і прихований період. До кінця другого року життя дитина може дізнатися те, що бачив за кілька тижнів до цього. До кінця третього року - то, що сприймалося кілька місяців тому, а до кінця четвертого - то, що було приблизно рік тому.

Перш за все у дитини проявляється впізнавання, відтворення ж виявляється значно пізніше. Перші ознаки відтворення спостерігаються тільки на другому році життя. Саме невеликою тривалістю прихованого періоду пояснюється те, що перші наші спогади про дитинство відносяться до періоду чотирьох-п'ятирічного віку.

Спочатку пам'ять носить мимовільний характер. У дошкільному та дошкільному віці діти зазвичай не ставлять перед собою завдання щось запам'ятати. Розвиток довільної пам'яті в дошкільному віці відбувається в іграх і в процесі виховання. Причому прояв запам'ятовування пов'язане з інтересами дитини.

Діти краще запам'ятовують те, що у них викликає інтерес. Також слід підкреслити, що в дошкільному віці діти починають запам'ятовувати осмислено, тобто вони розуміють те, що запам'ятовують.

Бурхливий розвиток характеристик пам'яті відбувається в шкільні роки.

Само по собі розвиток пам'яті не відбувається. Для цього необхідна ціла система виховання пам'яті. Вихованню позитивних властивостей пам'яті в значній мірі сприяє раціоналізація розумової і практичної роботи людини: порядок на робочому місці, планування, самоконтроль, використання розумних способів запам'ятовування, з'єднання розумової роботи з практичною, критичне ставлення до своєї діяльності, вміння відмовитися від неефективних прийомів роботи і запозичувати у інших людей ефективні прийоми.

Деякі індивідуальні відмінності в пам'яті тісно пов'язані зі спеціальними механізмами, які захищають мозок від зайвої інформації. Ступінь активності зазначених механізмів у різних людей різний.

Питання:

1. Дайте характеристику пам'яті як пізнавальному психічному процесу.
2. Які теорії пам'яті ви знаєте?
3. Розкажіть про дослідження пам'яті, проведених Г. Еббінгаузом.
4. Дайте характеристику основним видам пам'яті.
5. Охарактеризуйте основні види запам'ятовування.
6. Які ви знаєте основні прийоми і способи довільного запам'ятовування?
7. Що ви знаєте про довільному і мимовільному відтворенні?
8. Розкажіть про закон забування, відкритому Г. Еббінгаузом?
9. Які способи і методи, спрямовані на уповільнення процесів забування, ви знаєте?
10. Розкажіть про індивідуальні особливості пам'яті?
11. Які основні порушення пам'яті ви знаєте?

2.5. МИСЛЕННЯ

2.5.1. Мислення, його особливості.

2.5.2. Операції, форми мислення.

2.5.3. Види мислення.

2.5.1. Мислення, його особливості

Мислення - це психічний пізнавальний процес відображення істотних зв'язків і відносин предметів і явищ об'єктивного світу.

Процес мислення характеризується такими *особливостями*:

1. Мислення завжди має опосередкований характер. Встановлюючи зв'язки і відносини між предметами і явищами об'єктивного світу, людина спирається не тільки на безпосередні відчуття і сприйняття, але і обов'язково на дані минулого досвіду, що збереглися в її пам'яті.

2. Опора на знання. Мислення завжди спирається на знання про загальні закони природи і суспільства. У процесі мислення людина користується вже склалася на основі попередньої практики знаннями загальних положень, в яких відображені найбільш загальні зв'язки і закономірності навколишнього світу.

3. Мислення виходить з «живого споглядання», але не зводиться до нього. Відображаючи зв'язки і відносини між явищами, ми завжди відображаємо ці зв'язки в абстрактному і узагальненому вигляді як мають загальне значення для всіх подібних явищ даного класу, а не тільки для певного, конкретно спостережуваного явища.

4. Мислення завжди є відображенням зв'язків і відносин між предметами в словесній формі. Мислення і мова завжди знаходяться в нерозривній єдності. Завдяки тому, що мислення протікає в словах, полегшуються процеси абстракції і узагальнення, так як слова за своєю природою є абсолютно особливими подразниками, що сигналізують про дійсність в самій узагальненій формі.

5. Мислення людини органічно пов'язане з практичною діяльністю. У своєму змісті воно спирається на суспільну практику людини. Це аж ніяк не просте споглядання зовнішнього світу, а таке його відображення, яке відповідає завданням, які виникають перед людиною в процесі різних видів діяльності, спрямованих на перебудову навколишнього світу.

2.5.2. Операції мислення

Аналіз - розумова операція розчленування складного об'єкта на складові його частини.

Синтез - уявне з'єднання частин предметів або явищ в одне ціле, а також уявне поєднання окремих їх властивостей.

З віком роль практичної діяльності для розвитку синтезу та аналізу не зменшується. Для того, щоб розібратися в роботі будь-якого механізму, доросла людина в процесі навчання розбирає і збирає їх.

Порівняння - це операція, яка полягає в зіставленні предметів та явищ, їх властивостей і відносин один з одним і виявленні таким чином спільності або відмінності між ними.

Коли ми можемо порівняти два предмети або явища, сприймаючи їх одночасно, ми використовуємо безпосереднє порівняння.

У тих випадках, коли ми здійснюємо порівняння шляхом умовиводів, ми використовуємо непрямі ознаки.

Успіх порівняння залежить від того, наскільки правильно обрані показники для порівняння.

Наприклад, неправильно порівнювати відстань до двох об'єктів, використовуючи в одному випадку час, в -іншому - кілометри.

Абстрагування - розумова операція, заснована на відволіканні від несуттєвих ознак предметів, явищ і виділенні в них основного, головного. Наприклад, сказавши, «стіл», ми представляємо якийсь образ цілого класу предметів. Ми відволікаємося від цілого ряду приватних властивостей і ознак.

Конкретизація - рух думки від загального до конкретного. Наприклад, конкретизація поняття «стіл» є «письмовий стіл», «кухонний стіл».

Узагальнення - перехід від окремих фактів, подій до ототожнення їх в думках.

Індукція - перехід від окремих випадків до загального положення, яке охоплює собою окремі випадки. Щоб дізнатися, тонуть чи все металеві речі, недостатньо опускати в воду такі відносно великі предмети, як вилка, ложка, ніж. Необхідно перевірити і з більш дрібними предметами.

Дедукція - умовивід, зроблений у відношенні окремого випадку на основі загального положення. Наприклад, знаючи, що на 3 діляться всі числа, сума цифр яких кратна трьом, ми можемо стверджувати, що число 412815 розділиться на три.

Форми мислення

Поняття - відображення в свідомості людини загальних і суттєвих властивостей предмета або явища.

Судження - основна форма мислення, в процесі якої затверджуються або відображаються зв'язки між предметами і явищами дійсності.

Умовивід - виділення з одного або декількох суджень нового судження.

2.5.3. Види мислення

1. За характером вирішуваних завдань:

Теоретичне - мислення на основі теоретичних міркувань і висновків.

Практичне - мислення на основі думок і висновків, заснованих на вирішенні практичних завдань.

У теоретичному виділяють понятійне і образне.

У практичному - наочно-образне і наочно-дієве.

Понятійне - мислення, в якому використовуються певні поняття. Ми користуємося готовими знаннями, отриманими іншими людьми і вираженими у формі понять, суджень і умовиводів.

Образне - вид розумового процесу, в якому використовуються образи. Ці образи витягуються безпосередньо з пам'яті або відтворюються уявою.

Наочно-дієве - мислення, безпосередньо включене в діяльність. Здійснюється з реальними предметами.

Наочно-образне - мислення, здійснюване на основі образів, уявлень того, що людина сприймала раніше.

Дана форма мислення є домінуючою у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

2. За ступенем розгорнення

Дискурсивне - мислення, опосередковане логікою міркувань, а не сприйняття.

Інтуїтивне - мислення на основі безпосередніх чуттєвих сприймань і безпосереднього відображення дій предметів і явищ об'єктивного світу.

3. За ступенем новизни і оригінальності

Репродуктивне (відтворює) - мислення на основі образів і уявлень, почерпнутих з якихось певних джерел.

Продуктивне (творче) - мислення на основі творчої уяви.

Творче мислення відрізняється оригінальністю, гнучкістю, образністю. Що ж заважає людині бути творчою особистістю і проявляти інтелект?

Сучасні психологічні дослідження свідчать, що причиною тому не тільки і не стільки відсутність розвинених творчих здібностей, як вважалося раніше, а й перешкоди іншого роду, наприклад:

1. Боязнь виглядати білою вороною.

2. Боязнь відплати з боку тієї людини, чию позицію ми критикуємо.

3. Завищена оцінка значущості своїх власних ідей. Іноді те, що ми самі придумали або створили, подобається нам більше, ніж думки, висловлені іншими людьми, причому настільки, що бажання показувати пропадає.

4. Високорозвинена тривожність.

Питання:

1. Назвіть основні характеристики мислення.
2. Розкажіть про фізіологічні основи мислення.
3. Охарактеризуйте основні типи мислення.
4. Що ви знаєте про поняття? Розкажіть про загальні і одиничні поняття.
5. Розкажіть про умовивід як вищу форму мислення.
6. Охарактеризуйте поняття інтелект. Як інтелект зв'язаний з мисленням?
7. Які ви знаєте теоретичні та експериментальні підходи до дослідження мислення?
8. Що ви знаєте про порівняння як операції мислення?
9. Охарактеризуйте аналіз і синтез як операції мислення.
10. Що ви знаєте про проблеми креативності мислення?
11. Охарактеризуйте основні етапи мислення.

2.6. УЯВА

- 2.6.1. Уява, її види.
- 2.6.2. Способи створення образу.
- 2.6.3. Індивідуальні особливості уяви і її розвиток.

2.6.1. Уява, її види

Уява - психічний пізнавальний процес створення нових уявлень на основі наявного досвіду, тобто процес перетворення відображення дійсності.

Процеси уяви, як і процеси пам'яті, можуть відрізнятися за ступенем довільності або навмисності.

Крайнім випадком мимовільної роботи уяви є сновидіння, в яких образи народжуються ненавмисно і в найхимерніших ситуаціях.

Довільна має для людини набагато більше значення.

Види довільної уяви:

1. відтворююча уява
2. творча уява
3. мрія

Відтворююча уява проявляється тоді, коли людині необхідно відтворити уявлення об'єкта, як можна більш повно відповідає його опису. Так, читаючи опис полтавської битви в поемі Пушкіна «Полтава», ми чітко уявляємо собі гуркіт гарматних пострілів, крики солдатів, бій барабанів. Найчастіше ми стикаємося з відтворюючою уявою, коли необхідно відтворити будь-яку виставу за словесним описом.

Творча уява. Вона характеризується тим, що людина перетворює уявлення і створює нові не за наявним зразком, а самостійно намічаючи контури створюваного образу.

Особливою формою уяви є мрія. Суть даного типу уяви полягає в самостійному створенні нових образів.

Мрія має ряд істотних відмінностей від творчої уяви:

По-перше, в мрії людина завжди створює образ бажаного, тоді як в образах творчих зовсім не завжди втілюються бажання їх творця.

По-друге, мрія - процес уяви, не включений в творчу діяльність.

Головною особливістю мрії є те, що вона спрямована на майбутню діяльність, тобто мрія - уява, спрямоване на бажане майбутнє. Але існують люди, для яких мрія виступає в якості заміщення діяльності. Їх мрії залишаються лише мріями. Одна з причин цього явища, як правило, полягає в тих життєвих невдачах, які вони постійно терплять. В результаті ряду невдач людина відмовляється від виконання своїх

2.6.2. Способи створення образу

Образи, відтворювані в процесі уяви, не можуть виникати з нічого. Вони формуються на основі нашого попереднього досвіду, на основі представлень про предметах і явищах об'єктивної реальності. Процес створення образів уяви з вражень, отриманих людиною від реальної дійсності, може протікати в різних формах.

Створення образів уяви проходить два основних етапи. На першому етапі відбувається своєрідне розчленовування вражень, або наявних представлень, на складові частини. Іншими словами, перший етап формування образів уяви характеризується аналізом отриманих від реальності вражень або сформованих в результаті попереднього досвіду уявлень. В ході такого аналізу відбувається абстрагування об'єкта, тобто він представляється нам ізольованим від інших об'єктів, при цьому також відбувається абстрагування частин об'єкта.

З цими образами далі можуть здійснюватися перетворення двох основних типів. По-перше, ці образи можуть бути поставлені в нові поєднання і зв'язки. По-друге, цим образам може бути надано абсолютно нового змісту. У будь-якому випадку з абстрагованими образами проводяться операції, які можуть

бути охарактеризовані як синтез. Ці операції, що становлять суть синтезу діяльності уяви, є другим етапом формування образів уяви. Причому форми, в яких здійснюється синтезу діяльності уяви, вкрай різноманітні. Ми розглянемо лише деякі з них.

Найпростішою формою синтезу в процесі уяви є *аглотинація*, створення нового образу шляхом приєднання в уяві частин або властивостей одного об'єкта іншому. Прикладами аглотинації можуть служити: образ кентавра, образ крилатої людини в малюнках північноамериканських індіанців, образ давньоєгипетського божества (людина з хвостом і звірячою головою) та інше.

Процеси, що лежать в основі аглотинації, досить різноманітні. Як правило, їх можна розділити на дві основні групи: процеси, пов'язані з недостатністю критичності, або недостатністю аналітичності сприйняття, і процеси довільні, контрольовані свідомістю, пов'язані з розумовими узагальненнями

Одним з найбільш поширених способів переробки образів сприйняття в образи уяви є *збільшення* або *зменшення* об'єкта або його частин. За допомогою такого способу були створені різні літературні персонажі.

Аглотинація може здійснюватися і за допомогою включення вже відомих образів в новий контекст. У цьому випадку між уявленнями встановлюються нові зв'язки, завдяки яким вся сукупність образів отримує нове значення. Як правило, при включенні подань в новий контекст цього процесу передують певна ідея або мета. Даний процес повністю контролюємо, якщо тільки це не сон, коли контроль свідомості неможливий.

При включенні вже відомих образів в новий контекст людина домагається відповідності між окремими уявленнями і цілісним контекстом. Тому весь процес з самого початку підпорядкований певним осмисленням зв'язків.

Найбільш істотними способами переробки уявлень в образи уяви, що йдуть по шляху узагальнення істотних ознак, є схематизація і акцентування.

Схематизація може мати місце при різних умовах.

По-перше, схематизація може виникати в результаті неповного, поверхневого сприйняття об'єкта. В цьому випадку уявлення схематизовані випадковим чином, причому в них іноді виділяються другорядні деталі, випадково виявлені при сприйнятті предмета. В результаті виникають спотворення, які призводять до створення образів уяви, викривлено відображають дійсність. Подібне явище часто зустрічається у дітей.

По-друге, причиною схематизації в разі достатньо повного сприйняття об'єкта може бути забування якихось несуттєвих деталей або частин. В цьому випадку в поданні на передній план виступають істотні деталі і риси. При цьому уявлення втрачає якусь індивідуальність і стає більш узагальненим.

І нарешті, по-третє, причиною схематизації може бути свідоме відволікання від несуттєвих, або другорядних, сторін об'єкта. Людина свідомо спрямовує свою увагу на істотні, на його думку, риси і властивості об'єкта і в результаті зводить уявлення до певної схеми.

Акцентування полягає в підкресленні найбільш істотних, типових ознак образу. Як правило, цей спосіб використовується при створенні художніх образів. Головною особливістю такої переробки образів сприйняття в образи уяви є те, що, відбиваючи реальну дійсність і типізуя її, художній образ завжди дає широке узагальнення, проте це узагальнення завжди відображено в конкретному образі.

Причому переробка уявлень при створенні типового образу не здійснюється шляхом механічного складання або віднімання будь-яких рис. Процес створення типічного образу являє собою складний творчий процес і відображає певні індивідуальні особливості людини, що створює цей образ.

2.6.3. Індивідуальні особливості уяви і його розвиток

Уява у людей розвинена по-різному, і вона по-різному проявляється в їх діяльності і суспільному житті. Індивідуальні особливості уяви виражаються в тому, що люди розрізняються за ступенем розвитку уяви і по тину образів, якими вони оперують найчастіше.

Ступінь розвитку уяви характеризується яскравістю образів і глибиною, з якою переробляються дані минулого досвіду, а також новизною і свідомістю результатів цієї переробки. Сила і жвавість уяви легко оцінюється, коли продуктом уяви є неправдоподібні і химерні образи, наприклад у авторів чарівних казок. Слабкий розвиток уяви виражається в низькому рівні переробки уявлень. Слабку уяву тягне за собою труднощі в рішенні розумових завдань, які вимагають вміння наочно уявити собі конкретну ситуацію. При недостатньому рівні розвитку уяви неможливе багате і різнобічне в емоційному плані життя.

Найвиразніше люди розрізняються за ступенем яскравості образів уяви. Якщо припустити, що існує відповідна шкала, то на одному полюсі виявляться люди з надзвичайно високими показниками яскравості образів уяви, які переживаються ними як бачення, а на іншому полюсі будуть люди з вкрай блідими уявленнями. Як правило, високий рівень розвитку уяви ми зустрічаємо у людей, що займаються творчою працею, - письменників, художників, музикантів, вчених.

Істотні відмінності між людьми виявляються щодо характеру домінуючого типу уяви. Найчастіше зустрічаються люди з переваженням зорових, слухових або рухових образів уяви. Але є люди, у яких відзначається високий розвиток усіх або більшості типів уяви. Ці люди можуть бути віднесені до так званого змішаного типу. Належність до того чи іншого типу уяви дуже істотно віддзеркалюється на індивідуально-психологічні особливості людини.

Наприклад, люди слухового або рухового типу дуже часто драматизують ситуацію в своїх роздумах, уявляючи собі неіснуючого опонента.

Розвиток уяви здійснюється в ході онтогенезу людини і вимагає накопичення відомого запасу уявлень, які в подальшому можуть служити матеріалом для створення образів уяви. Уява розвивається в тісному зв'язку з розвитком всієї особистості, в процесі навчання і виховання, а також в єдності з мисленням, пам'яттю, волею і почуттями.

Визначити які-небудь конкретні вікові межі, що характеризують динаміку розвитку уяви, дуже важко. Існують приклади надзвичайно раннього розвитку уяви. Наприклад, Моцарт почав складати музику в чотири роки, Репін і Серов вже в шість років добре малювали. З іншого боку, пізніше розвиток уяви не означає, що цей процес в більш зрілі роки буде стояти на низькому рівні. Історії відомі випадки, коли великі люди, наприклад Ейнштейн, в дитинстві не відрізнялися розвинутою уявою, проте згодом про них стали говорити як про геніїв.

Незважаючи на складність визначення етапів розвитку уяви у людини, можна виділити певні закономірності в його формуванні. Так, перші прояви уяви тісно пов'язані з процесом сприйняття. Наприклад, діти у віці півтора років не здатні ще слухати навіть найпростіші розповіді або казки, вони постійно відволікаються або засипають, але із задоволенням слухають розповіді про те, що вони самі пережили.

У цьому явищі досить ясно видно зв'язок уяви і сприйняття. Дитина слухає розповідь про свої переживання тому, що чітко уявляє те, про що йде мова. Зв'язок між сприйняттям і уявою зберігається і посяде ступені розвитку, коли дитина в своїх іграх починає переробляти отримані враження, видозмінюючи в уяві сприймаються раніше предмети. Стілець перетворюється в печеру або літак, коробочка - в автомашину. Однак слід зазначити, що перші образи уяви дитини завжди пов'язані з діяльністю. Дитина не мріє, а втілює перероблений образ у свою діяльність, навіть незважаючи на те, що ця діяльність - гра.

Важливий етап у розвитку уяви пов'язаний з тим віком, коли дитина опановує мову. Мова дозволяє дитині включити в уяву не тільки конкретні образи, а й більш абстрактні уявлення та поняття. Більш того, мова дозволяє дитині перейти від виразу образів уяви в діяльності до безпосереднього їх вираження у мові.

Етап оволодіння мовою супроводжується збільшенням практичного досвіду і розвитком уваги, що дозволяє дитині легше виділяти окремі частини предмета, які він сприймає вже як самостійні і якими все частіше оперує в своїй уяві. Однак синтез відбувається зі значними спотвореннями дійсності. Через відсутність достатнього досвіду і недостатньої критичності мислення дитина не може створити образ, близький до реальної дійсності. Головною особливістю даного етапу є мимовільний характер виникнення образів уяви. Найчастіше образи уяви формуються у дитини даного віку мимоволі, у відповіді із ситуацією, в якій вона знаходиться.

Наступний етап розвитку уяви пов'язаний з появою його активних форм. На цьому етапі процес уяви стає довільним. Виникнення активних форм уяви спочатку пов'язано з ініціативою з боку дорослого.

Наприклад, коли доросла людина просить дитину щось зробити (намалювати дерево, скласти з кубиків будинок і т. д.), він активізує процес уяви. Для того щоб виконати прохання дорослого людини, дитина спочатку повинна створити, або відтворити, в своїй уяві певний образ. Причому цей процес уяви по своїй природі вже є довільним, оскільки дитина намагається його контролювати.

Пізніше дитина починає використовувати довільну уяву без будь-якої участі дорослого. Цей стрибок у розвитку уяви знаходить своє відображення перш за все в характері ігор дитини. Вони стають цілеспрямованими і сюжетними. Навколишні дитини речі стають не просто стимулами до розгортання предметної діяльності, а виступають у вигляді матеріалу для втілення образів його уяви. Дитина в чотирьох-п'ятирічному віці починає малювати, будувати, ліпити, переставляти речі і комбінувати їх у відповідності зі своїм задумом.

Інший найважливіший зрушення в уяві відбувається в шкільному віці. Необхідність розуміння навчального матеріалу зумовлює активізацію процесу відтворення уяви. Для того щоб засвоїти знання, які даються в школі, дитина активно використовує свою уяву, що викликає прогресуюче розвиток здібностей переробки образів сприйняття в образи уяви.

Іншою причиною бурхливого розвитку уяви в шкільні роки є те, що в процесі навчання дитина активно отримує нові і різнобічні уявлення про об'єкти і явища реального світу. Ці уявлення служать необхідною основою для уяви і стимулюють творчу діяльність школяра.

Питання:

1. Дайте характеристику уяви як психічного процесу.
2. Охарактеризуйте роль уяви в житті людини і в регуляції організму.
3. Які фізіологічні механізми уяви?
4. Які види уяви ви знаєте? Наведіть їх класифікацію.
5. Розкажіть про роль мрій в житті людини.
6. Розкажіть про основні етапи формування уявних образів.
7. Які механізми формування уявних образів ви знаєте?
8. Розкажіть про індивідуальні особливості уяви.
9. Розкрийте роль уяви у вирішенні творчих завдань.

2.7. МОВА

2.7.1. Основні види мови.

2.7.2. Функції мови.

2.7.1. Основні види мови

Два основних види мовлення: усна та письмова.

Основним вихідним видом *усного* мовлення є мова, що протікає у формі розмови.

Як діалогічна, так і монологічне мовлення може бути активним або пасивним. Обидва ці терміни, звичайно, умовні і характеризують діяльність говорить чи слухача людини. Активна форма мови - це мова говорить людини, мова ж слухача людини виступає в пасивній формі. Справа в тому, що коли ми слухаємо, ми повторюємо про себе слова говорить. При цьому зовні це не проявляється, хоча мовна діяльність присутня. Слід зазначити, що у дітей розвиток активної і пасивної форми мови відбувається не одночасно. Дитина насамперед вчиться розуміти чуже мовлення, а потім починає говорити сам. Однак і в більш зрілому віці люди розрізняються за ступенем розвитку активної і пасивної форм мови. Дуже часто буває так, що людина добре розуміє мову іншої людини, але погано передає свої власні думки. І навпаки, людина може досить добре говорити, але зовсім не вміє слухати іншого.

Іншим видом мовлення є *письмова* мова. Письмова мова відрізняється від усного не тільки тим, що вона зображується графічно, за допомогою письмових знаків. Між цими видами мови існують і більш складні, психологічні відмінності.

Одне з найважливіших відмінностей усного мовлення від письмової полягає в тому, що в усному мовленні слова строго сліднують одне за іншим, так що коли звучить одне слово, попереднє йому вже не сприймається ні самим мовцем, ні слухачами. У письмовій мові інша справа - як пише, так і читає мають в поле свого сприйняття одночасно ряд слів, а в тих випадках, коли в цьому є потреба, вони можуть знову повернутися на кілька рядків або сторінок назад.

Існує ще один загальний поділ видів мовлення на два основних види: внутрішня і зовнішня мова. Зовнішня мова пов'язана з процесом спілкування, обміну інформацією. Внутрішня мова перш за все пов'язана із забезпеченням процесу мислення.

2.7.2. Функції мови

Функція *вираження* полягає в тому, що за допомогою мови людина висловлює своє ставлення до певного предмету, явища і до самого себе. Як правило, при висловлюванні нашого ставлення до чого-небудь мова має певне емоційне забарвлення, що сприяє розумінню оточуючими нашого ставлення до предмету, про який йде мова.

Функція *впливу* полягає в тому, що за допомогою мови ми намагаємося спонукати іншу людину або групу людей до певної дії або формуємо у слухачів певну точку зору на що-небудь. Як правило, дана функція мови здійснюється через наказ, заклик або переконання. Фізіологічною основою здійснення даної функції мови є особливе становище другої сигнальної системи в структурі психічної регуляції організму і поведінки людини.

Так, за допомогою сугестії лікар-психотерапевт може викликати у людини певні відчуття, в тому числі пов'язані з лікувальним ефектом. Наприклад, навіювання почуття тепла часто дозволяє зняти напад астми. За допомогою навіювання також можна допомогти людині відмовитися від тютюнопаління, вживання алкоголю та ін.

Функція *повідомлення* полягає в обміні думками та інформацією між людьми за допомогою слів. Ця функція забезпечує здійснення контактів між людьми. В процесі цих контактів ми організуємо не тільки обмін інформацією, а й нашу взаємодію. Можна припустити, що саме ця функція в історичному плані стала основним першоджерелом розвитку мови людини.

Функція *позначення* полягає в здатності давати назви предметів і явищ. Завдяки даній функції ми в змозі мислити абстрактно за допомогою абстрактних понять, а також вести обмін інформацією з іншою людиною. Можна припустити, що дана функція є вищою функцією мови, здійснення її стало можливим лише на вищих щаблях мовного розвитку.

Питання:

1. Дайте загальну характеристику мови.
2. Дайте характеристику мови як засобу спілкування.
3. Охарактеризуйте основні види мови.
4. Розкрийте функції мови.

ТЕМА 3. ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВІ ПРОЦЕСИ

3.1. ЕМОЦІЙНІ ПРОЦЕСИ

- 3.1.1. Характеристика емоцій, види емоційних станів.
- 3.1.2. Функції емоцій. контроль емоцій.
- 3.1.3. Теорії емоцій.

3.1.1. Характеристика емоцій, види емоційних станів

Світ психічних явищ включає не тільки пізнавальні, а й емоційні і вольові процеси, які роблять його більш насиченим і різноманітним.

Емоції відіграють надзвичайно важливу роль в житті людей. Сьогодні ніхто не заперечує зв'язок емоцій з особливостями життєдіяльності організму.

Емоції - суб'єктивні переживання нею ставлення до предметів, явищ, подій і іншим людям.

Під впливом емоцій змінюється діяльність органів кровообігу, дихання, травлення, залоз внутрішньої секреції. Зайва інтенсивність і тривалість переживань може викликати порушення в організмі.

Серце частіше уражається страхом, печінка - гнівом, шлунок - пригніченим станом.

Серце настільки чуйно реагує на всі зміни емоційного життя, що в народі саме його завжди вважали вмістилищем душі, органом почуттів, незважаючи на те що зміни відбуваються одночасно і в дихальній, і в травній, і в секреторній системах.

Під впливом негативних емоційних станів у людини може відбуватися формування передумов до розвитку різноманітних хворіб.

І навпаки, існує значна кількість прикладів, коли під впливом емоційного стану прискорюється процес зцілення. Невипадково прийнято вважати, що слово теж лікує.

Види емоційних станів

Настрій - загальний емоційний стан незначної інтенсивності протягом тривалого часу людини.

Це відносно слабо виражена, але тривалий час існуюча емоція. У кожен момент часу людина перебуває під владою певного настрою.

На настрої людини може вплинути: фізичний стан, якийсь повідомлення, випадково кинуте слово. Однак такий стан людини впливає не все підряд, а лише те, що якимось пов'язано з його актуальними інтересами і потребами.

Афекти - переживання великої сили, з коротким періодом протікання. Вони характеризуються значними змінами в свідомості, порушеннями вольового контролю.

Особливості афектів:

1. Бурхливий зовнішній прояв емоційного переживання

Під час афекту людина може не помічати оточуючих, не віддавати собі звіту в події, що відбуваються і в своїх власних вчинках. Порушення охоплює підкіркові центри, які, будучи звільнені в даний момент від стримуючого і контролюючого впливу всієї кори, викликає яскравий зовнішній прояв пережитого емоційного стану.

2. Короткочасне емоційне переживання. Афект, будучи інтенсивним процесом, не може тривати довго і дуже швидко себе зживає.

3. Відома беззвітність емоційного переживання. Вона буває більшою або меншою в залежності від сили афекту і виражається в зниженні свідомого контролю за своїми діями. У стані афекту людина іноді зовсім не розуміє, що вона робить, не в змозі керувати своїми вчинками, не здатна тримати себе в руках, повністю захоплена емоційним переживанням і в той же час слабо усвідомлює його характер і значення.

Пристрасті - сильні, глибокі, тривалі і стійкі почуття, якими людина не в змозі управляти.

Пристрасть має всі ознаки почуттів, але представляє більше мотив поведінки, а не емоцію, оскільки її головна функція полягає в тому, щоб спонукати людину до дій.

Пристрасті можуть бути позитивними і негативними.

Пристрасть позитивна - приносить користь як людині, яка знаходиться в її владі, так і іншим людям. Наприклад: захоплення якою-небудь роботою (науковим, технічним, художнім творчістю). Пристрасть негативна - шкідлива для людини і інших людей. Наприклад: фанатичні захоплення, пристрасть до наркотиків, спиртних напоїв.

Почуття - більш тривалі, ніж емоції, психічні стани, що мають чітко виражені предметний характер. Вони відображають стійке ставлення до будь-яких конкретних об'єктів. Людина не може переживати почуття, якщо вони не віднесені до кого-небудь або чого-небудь. Наприклад, людина не в змозі відчувати почуття любові, якщо у нього немає об'єкта прихильності. Точно так же він не може відчувати почуття ненависті, якщо у нього немає того, що він ненавидить.

Почуття відіграють важливу роль в побудові контактів з оточуючими людьми. Людина завжди вважає за краще знаходитися в комфортній обстановці, а не в умовах, що викликають у нього негативні почуття.

Залежно від предметної сфери, до якої вони належать, почуття поділяються на моральні, естетичні, інтелектуальні.

Зачатки моральної свідомості вперше з'являються у дитини під впливом схвалення, похвали, а також осуду, коли дитина чує з боку дорослих, що одне - можна, потрібно і має, а інше - не можна, неможливо, недобре.

До початку шкільного навчання у дітей відзначається досить високий рівень контролю за своєю поведінкою.

Моральні - почуття, в яких відбивається ставлення людини до вимог суспільної моралі. Вони пов'язані зі світоглядом людини, його думками, ідеями, принципами і традиціями.

Естетичні - почуття, що виникають у людини в зв'язку з задоволенням або незадоволенням його естетичних потреб. До них відносяться почуття прекрасного і потворного, піднесеного і низького.

Джерелом розвитку естетичних почуттів є заняття малюванням, співом, музикою, відвідування картинних галерей, театрів, кіно.

З переходом дітей у школу, з розширенням кола їх знань і життєвого досвіду почуття дитини змінюються. З'являються нові наукові дисципліни, заняття в шкільних гуртках, самостійне читання книг. Все це сприяє формуванню так званих інтелектуальних почуттів.

Інтелектуальні - почуття, пов'язані з пізнавальною діяльністю людини. Вони виникають в процесі навчальної та наукової роботи, а також творчої діяльності в різних видах мистецтва, науки і техніки.

Почуттям властива амбівалентність - полярність, що виявляється в здатності відчувати до одного об'єкту одночасно різні, суперечливі почуття.

3.1.2. Функції емоцій. Контроль емоцій

Функції емоції

1. *Мотиваційно-регулююча* - полягає в тому, що емоції беруть участь у мотивації поведінки людини, можуть його спонукати, спрямовувати, регулювати.

Мотиваційно-регулююча функція емоцій також проявляється в тому, що вони можуть активізувати або гальмувати діяльність людини.

Стенічні почуття - почуття, що активізують діяльність людини.

Астенічні почуття - почуття, що викликають пасивність.

2. *Комунікативна* - полягає в тому, що емоції, точніше, способи їх зовнішнього вираження, несуть в собі інформацію про психічний і фізичний стан людини, і, отже, за допомогою емоцій люди можуть обмінюватися суттєвою інформацією один з одним. Завдяки емоціям ми краще розуміємо один одного, можемо, не користуючись промовою, тільки спостерігаючи за змінами емоційних станів один одного, судити про те, що відбувається в психіці.

3. *Сигнальна* - виникає і змінюється в зв'язку зі змінами в середовищі або в організмі людини. Емоційно-виразні рухи людини - міміка, жести, - виконують функцію сигналів про те, в якому стані знаходиться система потреб людини. Якщо з нею все в порядку, якщо процес задоволення життєво важливих потреб йде нормально, то людина переживає позитивні емоції.

Якщо ж в цьому процесі виникають збої і якісь проблеми, то людина буде переживати негативні емоції.

4. *Захисна* - емоція може захистити людину від загрозливих йому небезпек.

Страх, гнів - сприяє уникненню шкідливих впливів, готують організм до втечі від того, що йому загрожує.

Умови формування позитивних емоцій та почуттів:

1. Піклування з боку дорослих. Та дитина, якій не вистачає любові і ласки, виросте холодним і нечуйними.

2. Для виникнення емоційної чуйності також важлива відповідальність за іншого, турбота про молодших братів, сестер, а якщо таких немає, то - турбота про домашніх тварин.

3. Почуття дітей не обмежувалися тільки межами суб'єктивних переживань, а отримували свою реалізацію в конкретних вчинках.

Усунення небажаних емоційних станів

1. Саморегуляція.

2. Регуляція, пов'язана з впливом ззовні (іншої людини, музики, кольору, природи).

3. Використання фізичної активності як каналу розрядки виник емоційної напруги.

4. Використання уваги і мислення для придушення небажаної емоції або контролю над нею.

5. Прослуховування музики.

6. Використання захисних механізмів.

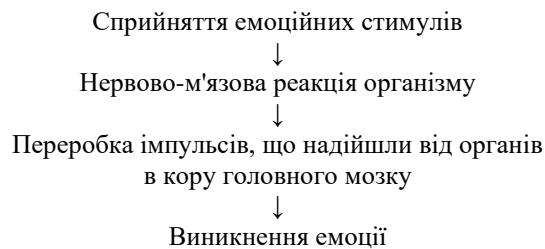
7. Використання дихальних вправ.

3.1.3. Теорії емоцій

Теорія Джеймса-Ланге

Широку популярність в науці спочатку отримала теорія американського психолога У. Джеймса і датського вченого К. Ланге.

Відповідно до цієї теорії, першопричинами виникнення емоцій є зміни фізіологічного характеру, що відбуваються в організмі. Виникнувши під впливом зовнішніх або внутрішніх стимулів, вони потім відображаються в головному мозку людини через систему зворотних нервових зв'язків і породжують відчуття певного емоційного тону.

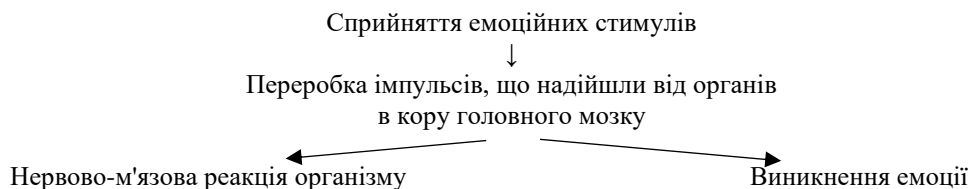


Теорія Кеннона-Барда

Американський психолог Кеннон запропонував альтернативу описаній вище теорії емоцій, представлену в її основних положеннях на схемі.

Кеннон вважав, що емоційні переживання і відповідні їм органічні зміни породжуються одночасно і виникають з єдиного джерела. Таким чином - емоціогенним центром, на думку Кеннона, є таламус, який грає важливу роль в регуляції основних органічних процесів. Виникнення емоції є результатом одночасного збудження через таламус симпатичної нервової системи і кори головного мозку.

Висловлені Кенноном положення розвинув П.Бард. Він показав, що в дійсності як тілесні зміни, так і емоційні переживання виникають майже в один і той же час. Власне з емоціями з усіх структур головного найбільше пов'язаний не сам таламус, а гіпоталамус і центральна частина лімбічної системи. В результаті концепція Кеннона стала називатися теорією Кеннона-Барда.



Слідом за теоріями, що пояснюють взаємозв'язок емоційних і органічних процесів, з'явилися теорії, що описують вплив емоцій на психіку і поведінку людини.

Д.О.Хеббу вдалося експериментальним шляхом одержати криву, яка має залежність між рівнем емоційного збудження людини і успішністю його практичної діяльності. Для досягнення найвищого результату в діяльності небажані як занадто слабке, так і занадто сильне емоційне збудження. Найбільш ефективна діяльність при середньому емоційному збудженні.

Когнітивні теорії емоцій

Згідно з даними теоріями основним механізмом появи емоцій є когнітивні процеси.

При цьому незалежно від пропонованих різними авторами теорій всі вони зводяться до: емоції викликають не зовнішні події самі по собі, а ставлення до них. Тому на одну і ту ж подію різні люди відповідають різними емоціями.

Окрему групу теорій становлять погляди, котрі розкривають природу емоцій через когнітивні чинники, тобто мислення і свідомість.

Теорія когнітивного дисонансу Л.Фестінгера

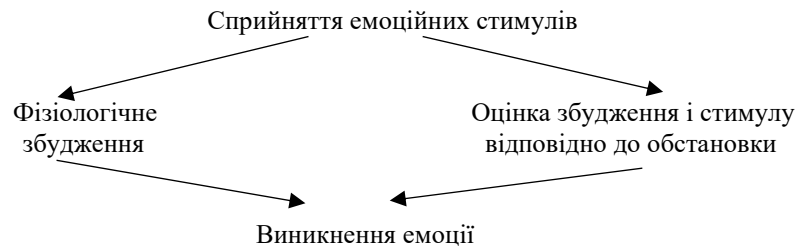
Основне поняття дисонанс - негативний емоційний стан, що виникає в ситуації, коли між очікуваними і дійсними результатами є розбіжність.

Консонанс - позитивний емоційний стан, що виникає у людини, коли реальні результати діяльності відповідають наміченим, узгоджуються з ними.

Когнітивно-фізіологічна теорія емоцій С. Шехтера

За уявленнями Шехтера, на виникнення емоцій, поряд з сприймаються стимулами і породжуються ними фізіологічними змінами в організмі, впливають минулий досвід людини і оцінка їм ситуації відповідно до наявних в даний момент потреб та інтересів.

С.Шехтер розкрив роль пам'яті і мотивації людини в емоційних процесах. Концепція емоцій, запропонована С.Шехтером, отримала назву когнітивно-фізіологічної. Відповідно до цієї теорії, на що виникло емоційний стан крім сприймаються стимулів і породжуваних ними тілесних змін впливають минулий досвід людини і його суб'єктивна оцінка наявної ситуації. При цьому оцінка формується на основі актуальних для нього інтересів і потреб. Непрямим підтвердженням справедливості даної теорії є вплив на переживання людини словесних інструкцій, а також додаткової інформації, на підставі якої людина змінює свою оцінку ситуації.



Інформаційна концепція емоцій П.В.Симонова

Відповідно до цієї теорії емоційні стани визначаються якістю та інтенсивністю актуальної потреби індивіда і оцінкою, яку він дає ймовірності її задоволення. Оцінку цієї ймовірності людина виробляє на основі вродженого і раніше набутого індивідуального досвіду, мимоволі зіставляючи інформацію про кошти, часу, ресурсах, імовірно необхідних для задоволення потреби, з інформацією, що надійшла в даний момент. Наприклад, емоція страху розвивається при нестачі відомостей про кошти, необхідні для захисту.

$$E = -\Pi (I - I)$$

Π - величина потреби

I - інформація, необхідна для задоволення потреби

I - інформація, тобто ті відомості, якими людина має в своєму розпорядженні в даний момент

Наслідки:

1. Якщо у людини немає потреби, то і емоції вона не відчуває
2. Емоція не виникає і в тому випадку, коли людина, яка відчуває потребу, має повну можливість для її реалізації.
3. Якщо суб'єктивна оцінка ймовірності задоволення потреби велика, проявляються позитивні емоції.
4. Отрицательні емоції виникають, якщо суб'єкт негативно оцінює можливість задоволення потреби.

Таким чином, усвідомлюючи або і не усвідомлюючи це, людина постійно порівнює інформацію про те, що потрібно для задоволення потреби, з тим, що в неї є, і в залежності від результатів порівняння відчуває різні емоції.

До теперішнього часу єдиної точки зору на природу емоцій не існує. Як і раніше інтенсивно проводяться дослідження, спрямовані на вивчення емоцій.

Питання:

1. Розкрийте співвідношення понять емоції і почуття.
2. Охарактеризуйте основні види емоцій.
3. Які ви знаєте види емоційних станів?
4. Розкрийте основні види вищих почуттів.
5. Розкрийте теорію Джеймса-Ланге.
6. Охарактеризуйте теорію емоцій Кеннона-Барда.
7. У чому полягає суть теорії емоцій Симонова?
8. Дайте характеристику когнітивних теорій емоцій.
9. Що становить фізіологічну основу емоцій?
10. Розкажіть основні функції емоцій.
11. У чому полягають індивідуальні відмінності в емоційних проявах?
12. У чому полягає роль емоцій в регуляції поведінки?

13. Основні види емоцій і їх загальна характеристика.
14. Розвиток емоцій і їх значення в житті людини.

3.2. ВОЛЬОВІ ПРОЦЕСИ

- 3.2.1. Основні шляхи формування волі. вольові якості
- 3.2.2. Вольова дія. Структура вольового дії

3.2.1. Основні шляхи формування волі. вольові якості **Основні шляхи формування волі.**

Воля - здатність людини свідомо керувати своєю поведінкою, мобілізувати свої сили на досягнення поставлених цілей.

Дослідження показують, що батьки, які прагнуть дати дитині всебічний розвиток і при цьому пред'являють до нього досить високі вимоги, можуть розраховувати на те, що у дитини не буде серйозних проблем з вольовою регуляцією діяльності. Такі недоліки вольової поведінки дітей, як капризи і упертість, які спостерігаються в ранньому дитинстві, відбуваються через здійснюються батьками помилок у вихованні волі дитини.

Якщо батьки в усьому прагнуть догоджати дитині, задовольняють кожне його бажання, не пред'являють йому вимог, які повинні беззастережно їм виконуватися, що не привчають його стримувати себе, то, швидше за все, згодом у дитини недостатність вольового акту. Необхідною умовою виховання дитини в сім'ї є формування у нього свідомої дисципліни.

Важливу роль у вихованні вольових якостей відіграє школа. Учитель, з яким спілкується дитина в школі, безпосередньо впливає на формування у нього певних особистісних характеристик. Якщо діяльність дитини протікає в колективі, де панує атмосфера високої вимогливості, то і у дитини можуть сформуватися відповідні характеристики особистості.

Вольові якості:

1. сила волі - здатність долати значні труднощі, що виникають на шляху до досягнення поставленої мети. Чим серйозніше перешкода, яку долають на шляху до поставленої мети, тим сильніше воля.

2. цілеспрямованість (наполегливість) - свідомо і активна спрямованість особистості на досягнення певного результату діяльності. Від наполегливості прийнято відрізняти впертість. Упертість - негативна якість.

3. ініціативність - здатність робити спроби до реалізації виникли у людини ідей. Самостійність - характеристика волі, пов'язана з ініціативністю. Самостійність проявляється в здатності свідомо приймати рішення, в умінні не піддаватися впливу різних чинників, що перешкоджають досягненню поставленої мети.

4. рішучість - відсутність зайвих вагань і сумнівів при боротьбі мотивів, в своєчасному і швидкому прийнятті рішень.

Від рішучості слід відрізняти імпульсивність - квапливість у прийнятті рішень, необдуманість вчинків.

5. послідовність - всі здійснювані людиною вчинки витікають з єдиного керівного принципу, якому людина підпорядковує все другорядне і побічне. Послідовність тісним чином пов'язана з самооцінкою і самоконтролем.

3.2.2. Вольова дія. Структура вольового дії

Необхідність в вольовому дії виникає тоді, коли на шляху здійснення мотивованої діяльності, регульованою певною потребою чи мотивом, виникає якість перешкода. Вольовий акт пов'язаний з необхідністю його подолання.

Включення волі до складу дії починається з постановки людиною перед собою питань: що сталося? Чому мені не вдається просунутися далі? Що заважає мені це зробити? Особливість включення вольової регуляції в початковий момент виконання дій полягає в тому, що людина, свідомо відмовившись від одних мотивів, мотивів, цілей, вважає за краще їм інші, реалізує їх всупереч миттєвим, безпосереднім потягам.

Вольові дії бувають простими і складними. Вони включають 2 основних етапи: підготовчий і виконавчий.

У простому вольовому дії людина без коливань йде до наміченої мети, від спонукання відразу переходить до реальних вчинків, діючи майже автоматично.

Складне вольове дію включає:

Підготовчий етап - етап уявного дії, на якому:

- 1) усвідомлюється мета, здійснюється боротьба мотивів;
- 2) визначаються шляхи і засоби досягнення мети;
- 3) приймається рішення.

Основу волі, як і будь-якої активності особистості в цілому, становлять її потреби. Потреби перетворюються в мотиви, що визначають вчинення одних і перешкоджають здійсненню інших дій. Зі зміною значення різних потреб у людини в ряді випадків виникає боротьба мотивів. Результатом обговорення або боротьби мотивів є визначення шляхів і способів. Залежно від того, наскільки усвідомлена та чи інша потреба, розрізняють потяги і бажання. Потяг - мотив діяльності, що представляє собою недостатньо усвідомлену потребу. Бажання характеризується досить усвідомленою потребою.

Виконавчий етап включає виконання прийнятого рішення.

З вольовими характеристиками особистості тісно пов'язана локалізація контролю - якість, що характеризує схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності:

1. Внесьня силам і обставинам;

2. собственним силам і здібностям.

Внутрішній локус-контроль пов'язаний з позитивними вольовими якостями особистості.

Зовнішній локус-контроль пов'язаний з відсутністю вольових якостей.

Подолання внутрішніх і зовнішніх перешкод вимагає значних вольових зусиль.

Вольове зусилля. Виражається або в увазі, зосередженому на виконуваному дії, або в спонуканні себе діяти, незважаючи на виниклі труднощі і перешкоди на шляху до досягнення поставленої мети. Вольові зусилля бувають різними в залежності від характеру і особливостей тих труднощів, для подолання яких вони робляться.

Труднощі, які доводиться долати людині в своїх вольових діях, можуть бути зведені в наступні групи:

* Об'єктивні труднощі, обумовлені характерними особливостями самих об'єктів і явищ. Наприклад: фізична робота, що вимагає витрати великих м'язових зусиль, алгебраїчна задача, що вимагає для свого вирішення великої розумової напруги.

* Суб'єктивні труднощі, обумовлені особливостями самого суб'єкта, що склалися у нього відносинами до навколишньої дійсності. Наприклад: боязнь виконання даного фізичної вправи (наприклад, стрибок у воду з висоти 1 метра), відсутність любові до даного навчального предмету (наприклад, історії).

Вольові зусилля для подолання об'єктивних труднощів пов'язані з засвоєнням необхідних для цього прийомів роботи і з тренуванням в даному виді діяльності. Вольові зусилля для подолання суб'єктивних труднощів пов'язані з вихованням почуття обов'язку і відповідальності за доручену роботу, здатності пригнічувати негативні емоційні стани, викликані необхідністю її виконати (звичка доводити роботу до кінця, хоча б ця робота і не доставляла задоволення, придушувати в собі почуття страху).

Структура вольового дії

Акт 1. На шляху цілеспрямованої, недостатньо усвідомлюваної діяльності людини виникає якась перешкода. Людина аналізує ситуацію, що виникла і усвідомлює той факт, що його просування вперед до наміченої мети припинилося. Далі він ставить перед собою питання: що сталося? З постановки цього питання, пошуку відповіді на нього і починається вольове дію як таке

Акт 2. Людина знаходить відповідь на питання про те, що сталося. Виходячи з цієї відповіді, він далі ставить і вирішує питання: що робити в ситуації, що склалася? В результаті роздумів над цим питанням приймається одне або кілька можливих рішень проблеми, що виникла. Якщо таких рішень кілька, то людина вольовим зусиллям вибирає одне з них, то, яке вважає найбільш ефективним, швидше і простіше за все реалізованим, і вирішує почати з нього. На цьому завершується другий етап виконання вольової дії.

Акт 3. Людина практично виконує прийняте рішення, використовуючи вольовий контроль над його виконанням, т. Е. Свідомо стежачи за тим, щоб воно було виконано з початку і до кінця за наміченим планом. У цьому полягає третій етап виконання вольової дії.

Акт 4. Виконавши дію, людина оцінює його результат і співвідносить з наміченою метою. Якщо мета досягнута, то вольове дію на даному етапі припиняється, а якщо не досягнута, то вольове дію коригується і виконується знову до тих пір, поки намічена мета не буде досягнута.

Питання:

1. Дайте характеристику волі як процесу свідомого регулювання поведінки.
2. Охарактеризуйте вольові дії.
3. У чому проявляється взаємозв'язок волі і свідомості?
4. Які ви знаєте теорії волі?
5. Що є фізіологічною основою волі?
6. Що ви знаєте про порушення волі?
7. Розкрийте зміст структурних компонентів вольових дій.
8. Що таке вольове зусилля?
9. Що відноситься до вольових якостей особистості?
10. Розкажіть про основні етапи розвитку волі у дитини.
11. Розкрийте роль свідомої дисципліни у формуванні волі.

ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНИХ ТЕМ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

1. Передумови та особливості виникнення психології як самостійної наукової дисципліни.
2. Філософський етап в історії психології.
3. Місце психології в системі наук. Зв'язки психології з іншими науковими дисциплінами.
4. Методи пізнання в психології. Класифікація методів психології.
5. Свідомість особистості. Роль свідомості і самосвідомості особистості в регуляції поведінки та діяльності.
6. Фактори та умови історичного розвитку психіки людини.
7. Розвиток психіки людини в онтогенезі.
8. Етапи розвитку психіки в процесі еволюції.
9. Загальна характеристика психологічних теорій XX сторіччя.
10. Явища свідомості як предмет дослідження.
11. Проблема несвідомого.
12. Людина і її психіка.
13. Вищі психічні функції і їх соціальна природа.
14. Фізіологічні основи відчуттів. Роль відчуттів у життєдіяльності людей.
15. Побудова сенсорного аналізатору. Слуховий та зоровий аналізатори.
16. Фізіологічні основи сприйняття. Закономірності сприйняття, особливості протікання в навчальній діяльності.
17. Психологічні механізми сприймання. Сприймання простору, часу, руху.
18. Пам'ять як психічний процес, коло явищ пам'яті.
19. Нейрофізіологічні та біохімічні основи пам'яті.
20. Методи дослідження пам'яті.
21. Особливості впливу пам'яті на успішність навчання.
22. Основні факти та закономірності психології пам'яті.
23. Порушення і патології пам'яті.
24. Фізіологічні основи уваги. Поняття "домінанти".
25. Психологічна сутність уваги і її властивості.
26. Особливості розвитку уваги в ході навчальної діяльності.
27. Фізіологічні основи мислення.
28. Індивідуальні особливості і якості мислення.
29. Сутність і зміст психологічних механізмів уяви.
30. Фізіологічні та психологічні механізми мовлення.
31. Мова: особливості розвитку в філогенезі і онтогенезі.
32. Психофізіологічні механізми мовлення та її мозкова організація.
33. Порушення і патології мови: сутність та особливості прояву.
34. Поняття про волю. Теоретичні концепції волі.
35. Психологічні та фізіологічні механізми вольової регуляції.
36. Вольові якості особистості. Діагностика рівня розвитку волі.
37. Емоції та почуття. Характеристики емоцій та почуттів.
38. Теоретичні концепції емоцій.
39. Емоційні стани людини. Методи діагностики емоційних станів людини.
40. Фізіологічні механізми емоцій.
41. Індивідуальні особливості емоцій. Почуттєва організація особистості.
42. Особливості взаємозв'язку емоцій і мотивації.
43. Розвиток емоційної сфери особистості.
44. Дослідження емоційного відношення до професійної діяльності.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Асмолов А.Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа. – М.: Смысл, 2001.
2. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: ЭКСМО, 2003.
3. Гальперин П.Я. Психология как объективная наука. М.; Воронеж: МПСИ, 1998.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: ЧеРо, 1998 (или более поздние издания).
5. Ждан А.Н. История психологии: от античности до наших дней. 2008 г.
6. Зейгарник Б.В. Патопсихология. М., 1986.
7. Климов Е.А. Введение в психология труда. М., 2004
8. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2006.
9. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. М.: Смысл, 2002.
10. Леонтьев Д.А. Психология смысла. М., Смысл, 2003.
11. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психологические технологии управления состоянием человека. М., 2007
12. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. Москва, 2002.
13. Майерс Д. Социальная психология. СПбУ, 2007
14. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. М., 2011.
15. Психология внимания. Тексты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М.: АСТ, 2008.
16. Психология индивидуальных различий. Тексты / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М: АСТ, 2008.
17. Психология личности. Тексты / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, А.А.Пузырея. - М. 2008.
18. Психология мотивации и эмоций. Тексты / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, М.В.Фаликман. М.: ЧеРо, 2006.
19. Психология ощущений и восприятия. Тексты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.В. Любимова, М.Б. Михалевской. М., 2002
20. Психология памяти. Тексты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М.: ЧеРо, 2002.
21. Психология эмоций. Автор-составитель В.К.Вилюнас. М., Питер, 2004
22. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб, Питер, 2002.
23. Хрестоматия по курсу «Введение в психологию». Ред. Е.Е.Соколова, М., 1999.
24. Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.В. Петухова. М.В. Фаликман, В.Ф. Спиридонова, М.: АСТ, 2008.
25. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. – СПб: Питер Пресс, 1999.
26. Хомская Е.Ф. Нейропсихология. М., 2002.
27. Цветкова Л.С. Нейропсихологическая реабилитация больных. М., 1985.

КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ ДО ДИСЦИПЛІНИ

«Пізнавальні і емоційно-вольові процеси»

1. Предмет психології. Структура психічних явищ.
2. Фундаментальні, прикладні галузі психології.
3. Порівняльна характеристика життєвої та наукової психології.
4. Структура процесів несвідомості
5. Методи психології.
6. Етапи становлення психології.
7. Характеристика періоду античності.
8. Характеристика періоду середньовіччя, відродження, нового періоду.
9. Розвиток експериментальної психології.
10. Основні напрямки зарубіжної психології.
11. Глибинна психологія: сутність, загальна характеристика, зміст теорії.
12. Біхевіоризм: сутність, загальна характеристика, зміст теорії.
13. Становлення вітчизняної психології.
14. Стадії розвитку психіки (по Леонтьєву).
15. Зв'язок психології з другими науками.
16. Методологічні принципи психології.
17. Методи пізнання в психології. Класифікація методів психології.
18. Метод психологічного тестування. Види психологічних тестів.
19. Фізіологічні основи функціонування психіки. Безумовний, умовний рефлекс.
20. Поняття про свідомість. Розвиток свідомості людини, її характеристика.
21. Рефлекторна природа психіки (рефлекси). Перша та друга сигнальні системи.
22. Побудова та особливості функціонування нейрону. Передача інформації нейрон
23. Теоретичні концепції емоцій.
24. Поняття про відчуття. Властивості відчуттів.
25. Фізіологічна основа відчуття. Розвиток відчуттів. Аналізатор та його будова.
26. Характеристика смакових, нюхових, дотикових відчуттів.
27. Фантомна біль. Сенсорна депривація.
28. Пороги відчуття. Закони Бугера-Вебера і Вебера-Фехнера.
29. Характеристика зорових, шкірних відчуттів.
30. Характеристика слухових відчуттів. Порушення відчуттів.
31. Поняття про увагу. Фізіологічна основа уваги. Властивості уваги.
32. Поняття про увагу. Види уваги. Причини мимовільної уваги..
33. Поняття про сприйняття. Властивості сприйняття.3.
34. Типи сприйняття. Предмет та фон сприйняття.
35. Види сприйняття. Взаємодія цілого та частини в сприйнятті.
36. Сприйняття простору. Бінокулярний зір.
37. Поняття про пам'ять. Процеси пам'яті. Характеристики пам'яті.
38. Ефекти пам'яті. Умови ефективного запам'ятовування.
39. Види пам'яті. Причини забування. Крива забування Еббінгауза.
40. Етапи та способи вирішення розумової задачі.
41. Індивідуальні особливості та розвиток мислення в онтогенезі.
42. Розумові операції та їх характеристика.
43. Поняття про мислення. Види мислення. Форми мислення.
44. Види уяви та їх роль в побудові діяльності.
45. Поняття про уяву. Види уяви.
46. Механізми творення образів в уяві. Функції уяви.
47. Загальна характеристика мови., фізіологічні основи мови.
48. Емоції. Функції емоцій. Роль емоцій в житті людини
49. Різновиди емоційних станів, види почуттів.
50. Засоби управління емоціями.
51. Розвиток емоцій. Умови формування позитивних емоцій.
52. Теорії виникнення емоцій (Джемса-Ланге, Кеннона-Барда, Шехтера).
53. Емоційні стани людини. Методи діагностики емоційних станів людини.
54. Емоції та почуття. Характеристики емоцій та почуттів
55. Психологічні та фізіологічні механізми вольової регуляції.
56. Вольові якості. Вольова дія. Структура вольової дії.
57. Локус-контроль. Вольове зусилля.
58. Структура вольового процесу
59. Вольові якості особистості. Діагностика рівня розвитку волі.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
ТЕМА 1. ВСТУП У ПСИХОЛОГІЮ.....	5
ТЕМА 2. ПІЗНАВАЛЬНІ ПРОЦЕСИ.....	12
2.1. ВІДЧУТТЯ.....	12
2.2. СПРІЙНЯТТЯ.....	14
2.3. УВАГА.....	17
2.4. ПАМ'ЯТЬ.....	20
2.5. МИСЛЕННЯ.....	24
2.6. УЯВА.....	26
2.7. МОВА.....	29
ТЕМА 3. ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВІ ПРОЦЕСИ.....	30
3.1. ЕМОЦІЙНІ ПРОЦЕСИ.....	30
3.2. ВОЛЬОВІ ПРОЦЕСИ.....	34
ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНИХ ТЕМ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ.....	36
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ.....	37
КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ ДО ДІСЦИПЛІНИ «Пізнавальні та емоційно-вольові процеси».....	38

Навчально-методичне видання

КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ, МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
ТА КОНТРОЛЬНІ ЗАВДАННЯ З КУРСУ
«Пізнавальні та емоційно-вольові процеси»
для спеціальності 053 «Психологія»

РОМАНОВСЬКИЙ Олександр Георгійович
ШТУЧЕНКО Ірина Євгенівна

Відповідальний за випуск доц. Штученко І.Є.

В авторській редакції

Самостійне електронне видання